

كلية العلوم و الآداب

قسم التربية و الدراسات الإنسانية

فاعلية برنامج إرشادي في خفض النشاط الزائد لدى طلبة الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في سلطنة عمان

The effectiveness of counseling program in less the Attention Defict Hyperactivity disorder among the students of cycle one in the Sultanate of Oman

رسالة ماجستير مقدمة من:

محفوظة بنت سالم بن ناصر اليحمدي

استكمالا لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية تخصص الإرشاد النفسي

إشراف

الدكتورة : دعاء سعيد أحمد

الدكتور: باسم الدحادحة | الدكتور : عبد المجيد بنجلالي

2014/2013م

إهــداء

بكل الحب ... إلى رفيق دربي ...

إلى من سار معي نحو تحقيق الحلم ...

خطوة بخطوة ...

بذرناه معا ... وحصدناه معا ...

وسنبقى معا ... بإذن الله ...

زوجي الحبيب...

شكـــر وتقديـــر

الحمـدلله ذي الفضـل والمـن والإحسـان ، والصـلاة والسـلام علـى الإمـام المصـطفى حبيبي رسول الله صلوات ربي وسلامه عليه ، وبعد:

فالحمدلله طويت سهر الليالي وتعب الأيام وخلاصة مشواري بين دفتي هذا العمل المتواضع ، فالشكر لك خالقي ومولاي على ما مننته علي بإتمام هذا العمل..

وانطلاقا من قول الله تعالى : "ومن شكر فإنما يشكر لنفسه" النمل :40 ، و إيمانا بفضل الإعتراف بالجميل وتقديم الشكر والإمتنان لأصحاب المعروف فإني أتقدم بالشكر الجزيل لكل الذين بذلوا كل جهد وعطاء لكي أصل إلى هذه اللحظة ، وإلى من زرعوا التفاؤل في دربي وقدموا لي المساعدات والتسهيلات ، وعلى رأسهم الدكتورة / دعاء سعيد أحمد التي صاغت لي من فكرها منارة تنير لي دربي وكانت لي عونا لإخراج العمل بالصورة المرجوة ، فقد منحتني الكثير من وقتها ، و توجيهاتها و آرائها القيمة ، سائلة الله تعالى أن يجزيها عني خير الجزاء.

كما أتقدم بالشكر للدكتور / فايز محمد منصور الذي أفادني بعلمه النير في مجال الإحصاء.

وكل الشكر والإمتنان لجامعتي الفتية التي اتاحت لي الفرصة لتحقيق حلمي ، وإلى أساتذتها الأفاضل.

و لا أنسى فلذات أكبادي وشمعة حياتي (طيف و أيهم) لتحملهم انشغالي عنهم ، ويعجز قلمي عن تسطير عبارات الشكر والعرفان لزوجي العزيز الذي ساندني وصاحبني في رحلتي العلمية هذه مقدما لي يد العون المادي والمعنوي .

كما أشكر إخواني وأخواتي الذين لم ينسوني من خالص دعائهم...

ولا أنسى في هذا المقام تلك التي رافقتني في خطوات بحثي فكانت لي نعم العون فقد ساندتني في ترجمة الكثير من الكتب والدراسات الأجنبية ، وسهلت لي موضوع الإستعارة من مكتبة جامعة السلطان قابوس ، ابنة خالتي / عبير بنت راشد اليحمدية.

كما أزجي خالص شكري إلى إدارة مدرسة جماء للتعليم الأساسي بولاية الرستاق على تعاونها ، والشكر لمعلمات الحلقة الأولى في المدرسة على تعاونهن الملموس مع الباحثة والذي كان له الأثر الطيب في هذه الدراسة.

وأتوجه بالشكر لكل من مد لي يد العون ممن لم تسعفني الذاكرة بذكرهم ، فجزاهم الله عني خير الجزاء.

وفي الختام أسأل الله العلي القدير أن يكون عملي هذا خالصا لوجهه الكريم...

الباحثة..

فهرس المحتويات

فهرس الجداول

فهرس الأشكال

فهرس الملاحق

ملخص الدراسة

فاعلية برنامج إرشادي في خفض النشاط الزائد لدى طلبة الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في سلطنة عمان

اعداد

محفوظة بنت سالم اليحمدية

اشراف

د.دعاء سعيد أحمد

هدفت الدراسة الحالية إلى بناء برنامج إرشاد جمعي وتقصي فاعليته في خفض حدة الأعراض الأساسية للنشاط الزائد لدى طلبة الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في سلطنة عمان .

وقد سعت الدراسة للتحقق من من الفرضيات الآتية:

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في مقياس النشاط الزائد بعد تطبيق البرنامج.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في مقياس النشاط الزائد في القياسين البعدي والمتابعة.

واستخدم في هذه الدراسة مقياسا للنشاط الزائد للمعلم والوالدين من اعداد الباحثة ، وقد تم التحقق من صدقه باستخدام الاتساق الداخلي للمقياس وكذلك تم التحقق من ثباته باستخدام معامل الثبات ألفا كرونباخ.

وتكونت عينة الدراسة من (20) طالبا من الذكور من مدرسة جماء للتعليم الأساسي (1-10) والذين تراوحت أعمارهم بين (7-9) سنوات ، وتم توزيعهم إلى مجموعتين مجموعة تجريبية وعددهم (10) طلاب تلقت البرنامج الإرشادي القائم على أساليب التعديل السلوكي المعرفي ،

ومجموعة ضابطة وعددهم (10) طلاب لم تتلقى البرنامج الإرشادي ، وتم قياس التكافؤ بين المجموعتين في العمر والصف الدراسي والدرجة على مقياس النشاط الزائد ، وتكون البرنامج الإرشادي من (24) جلسة إرشادية بواقع ثلاث جلسات أسبوعيا ، وتم التأكد من صدق البرنامج الإرشادي من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين.

وللتحقق من صحة الفرضية الأولى تم استخدام اختبار مان وتني وقد أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية ، مما يدل على فاعلية البرنامج الإرشادي.

وللتحقق من صحة الفرضية الثانية استخدمت الباحثة اختبار ويلكوكسون وقد أشارت النتائج إلى استمرارية فاعلية البرنامج على أفراد المجموعة التجريبية ، وبشكل عام أشارت النتائج إلى فاعلية البرنامج الإرشادي المستخدم في هذه الدراسة على أفراد المجموعة التجريبية.

الفصل الأول : مشكلة الدراسة وأهميتها

*المقدمة.

*مشكلة الدراسة.

*هدف الدراسة.

*أهمية الدراسة.

*حدود الدراسة.

*مصطلحات الدراسة.

الفصل الأول : مشكلة الدراسة و أهميتها

المقدمة:

تعتبر مرحلة الطفولة من أهم المراحل العمرية التي يمر بها الإنسان في حياته ، و قد اهتم الكثير من العلماء و الباحثين بهذه المرحلة اهتماما كبيرا على اعتبار أن أطفال اليوم هم شباب الغد و ثروة المجتمع بهم يرقى و يتقدم.

لذلك كانت قضية إعداد الطفل إعدادا صحيحا من القضايا المهمة التي أشغلت بال الكثير من المهتمين بهذه المرحلة فعكفوا على دراسة مشكلات مرحلة الطفولة و تحليلها و التعرف على أسبابها و من ثم تقديم العلاج الناجح لها.

و من أبرز المشاكل السلوكية في مرحلة الطفولة "مشكلة النشاط الزائد" لدى الأطفال ، وتتفاوت نسبة انتشار النشاط الزائد من بلد لآخر ، و نسبته بين الذكور أعلى من نسبته بين الإناث ، و قد بلغت نسبة انتشاره بين أطفال العالم 10% وذلك نقلا عن وكالة الصحة العقلية الأمريكية (إبراهيم ، 2002).

و قد حظي اضطراب النشاط الزائد باهتمام كبير من قبل الباحثين و العلماء و المهتمين بالطفولة منذ ذلك الوقت ، لما له من تأثير سلبي على شخصية الطفل و مستقبله التعليمي و الإجتماعي (اليوسفي ، 2005).

و للنشاط الزائد ثلاث خصائص أساسية تميزه عن غيره من المشكلات و الإضطرابات السلوكية الأخرى و هي : الحركة المفرطة – الإندفاعية – ضعف الإنتباه و لكل خاصية من هذه الخواص مظاهر سلوكية يمكن ملاحظتها و موجودة لدى الطفل في البيت و المدرسة ، فالطفل ذو النشاط الزائد يتحرك باستمرار ، كثير الكلام ، يقاطع الآخرين أثناء حديثهم ، يقوم بأعمال خطيرة قد تؤذي نفسه ، لا يستطيع أن ينتظر دوره أثناء اللعب ، يتسرع في تقديم إجاباته للمعلم دون التفكير بها مسبقا ، غالبا ما يكون شارد الذهن متشتت الانتباه قليل التركيز ، و ينتقل من نشاط لآخر دون إكمال لأي واحد منهما ، فهذه السلوكيات و غيرها تنعكس سلبا

على أداء الطفل الأكاديمي إذ ينخفض مستواه الدراسي ، كما تصبح علاقاته مع البيئة المحيطة به (الأسرة – الأقران) مضطربة و هذا ما يجعل تقديره لذاته منخفضا بسبب انعدام التعامل الصحيح من قبل الوالدين و المعلمين مع الطفل ذو النشاط الزائد إذ غالبا ما يصاب هؤلاء بالإحباط و عدم القدرة على التعامل السليم مع هذه الفئة من الأطفال فيلجؤون لأسلوب العقاب (إبراهيم ، 2007 ؛ السيد 2003).

و قد جاءت فكرة هذه الدراسة انطلاقا من حاجة الميدان التربوي لمثل هذه الدراسة التي تعنى بالتعامل مع الأطفال ذوي النشاط الزائد الذين تصدر منهم سلوكيات تعرقل العملية التعليمية داخل غرفة الصف .

لذلك تأمل الباحثة أن تسهم هذه الدراسة في تسليط الضوء على اضطراب سلوكي منتشر بين الأطفال و إمكانية التخفيف منه اعتمادا على البرنامج الإرشادي المعد.

مشكلة الدراسة:

تعتبر مشكلات الطفولة من القضايا المهمة التي أشغلت بال الكثير من الباحثين و العلماء و المربين ممن لهم اهتماماتهم الخاصة بمرحلة الطفولة و ما قد يعتريها من مشاكل نفسية أو سلوكية أو اجتماعية أو تعليمية ، و لعل أكثر ما يجذب اهتمام هذه النخبة من المهتمين بمرحلة الطفولة هو "المشكلات السلوكية" و كيفية تحسين سلوكيات الطفل إلى أكبر قدر ممكن.

و يجد المعلم صعوبة في التعامل مع هؤلاء الأطفال إذ يشكلون عائقا أمام سير العملية التعليمية داخل غرفة الصف ، إذ أنهم يهدرون الوقت بسبب عدم انتباههم و زيادة حركتهم ، مما يجعل المعلم يقضي معظم وقت الحصة الصفية في ضبط الطلبة مما يسبب له الضجر و الإحباط فتقل دافعيته وعطاؤه للتعليم ، و يصبح هدفه الأساسي خلال الحصة ضبط الطلبة لا تعليمهم ، كما أن الآباء يجهلون الطريقة الصحيحة للتعامل مع الطفل ذو النشاط الزائد إذ غالبا ما يلجؤون إلى العقاب بسبب عدم قدرتهم في السيطرة على الطفل فهو لا يطيع أوامر والديه

يكون غير مرتب بل دائما في حالة فوضى و يعتدي بشكل مستمر على الأطفال الآخرين إذا كان الوالدين في زيارة لأحد الأقارب (الجلبي ، 2005) .

و من طبيعة الخصائص التي تميز الطفل ذو النشاط الزائد أنه يعرض نشاطا و حركة زائدين مزعجا من حوله من الناس وهو يعد سيء التوافق من الناحية الإجتماعية و لا يمكنه أن يركز على العمل الموجود بين يديه و بالتالي يصبح فريسة لغضب الوالدين و غيره من المحيطين به ، و لهذا يدخل الطفل في سلسلة من التفاعلات ذات التأثير المدمر عليه وعلى الآخرين (الحامد ، 2002 ؛ منصور ، 1990).

و للنشاط الزائد آثارا سلبية على الطفل في معظم جوانب حياته بحسب نتائج الدراسات التي أجريت في هذا الصدد ، فقد توصلت دراسة حسين و عبدالغفار (2006) إلى انخفاض مفهوم الذات لدى ذوي اضطراب النشاط الزائد و ارتفاع العدوانية لديهم ، كما أشارت دراسة الدردير (1999) إلى انخفاض مستوى التحصيل الدراسي لذوي النشاط الزائد.

و يعاني أطفال النشاط الزائد من الإكتئاب و التشاؤم و فتور الشعور بالسعادة (طنطاوي وعجلان ، 1995).

كما يعانون من نقص الدافعية للدراسة و نقص المهارات الإجتماعية و عدم القدرة على تكوين مهارات اجتماعية جيدة (عثمان و حسن ، 2002).

كما أكدت دراسة العاسمي (2008) أن أطفال النشاط الزائد لديهم صعوبة في التوافق الإجتماعي و المتمثل في المهارات الإجتماعية و إقامة علاقات في البيئة المدرسية و المحلية.

و بشكل عام يؤثر النشاط الزائد على نواحي النمو المختلفة لدى الأطفال مما يحول دون نموهم بصورة سليمة ، حيث أجمعت نتائج الدراسات على وجود آثارا سلبية للسلوكيات التي يمارسها الأطفال ذوي النشاط الزائد على نواحي نموهم الجسمي و الحركي و الإنفعالي و الإجتماعي بالإضافة إلى تأثيره السلبي على المهارات المعرفية و التعليمية لدى تلاميذ المدارس (إبراهيم ، 1999).

و يعتبر اضطراب النشاط الزائد من أكثر الاضطرابات شيوعا بين الأطفال إذ تقدر نسبة انتشاره بين الأطفال في جميع أنحاء العالم مابين 8% – 12% (Malloy, 2007, p.693).

و قد ذكرت معصومة (2003) في نتائج دراستها أن مستوى النشاط الزائد يكون بين الذكور أعلى عنه من الإناث.

من خلال ما سبق ذكره و بناء على نتائج الدراسات السابقة المختلفة التي أجريت على أطفال النشاط الزائد من أجل التعرف على أهم الآثار السلبية لهذا الإضطراب و التي قد تصاحب الطفل إلى مرحلة المراهقة ، فقد وجدت الباحثة ضرورة بناء و تصميم برنامج إرشادي يهدف إلى خفض بعض أعراض النشاط الزائد لدى الاطفال ممن هم في سن (7–9) سنوات من الذكور لأن هذا الإضطراب يسهل تشخيصه في هذه المرحلة من العمر و لأنه ينتشر بينهم أكثر من الإناث .

مما سبق تسعى الدراسة الحالية إلى التحقق من الفرضيات الآتية:

1 . توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة على مقياس النشاط بعد تطبيق البرنامج تعزى للبرنامج الإرشادي.

2 .لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس النشاط الزائد في القياسين البعدي والمتابعة.

هدف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي لخفض النشاط الزائد لدى طلبة الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في سلطنة عمان .

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية هذه الدراسة في أهمية المرحلة التي احتوتها "مرحلة الطفولة المتوسطة" و هي من أهم المراحل العمرية في حياة الإنسان و التي يجب أن تنال اهتماما كبيرا من قبل الأسرة و المدرسة و المجتمع ككل ، لأنها حجر الأساس في بناء و تكوين شخصية الإنسان و رسم معالم سلوكياته فما يتشكل منها في هذه المرحلة يصعب تعديله نوعا ما في المستقبل ، وتؤكد (دياب ، 1990) على أهمية هذه المرحلة في تشكيل شخصية الطفل و توجيهها نحو الصحة أو المرض ، و نحو السوء و الإعتدال ، لذا يجب أن تحظى هذه المرحلة بأسبقية و اهتمام خاص بجميع أوجه التخطيط الإجتماعي و الرعاية و التربية الممكنة.

كما تبرز أهمية هذه الدراسة في أنها تحاول دراسة أحد أهم الإضطرابات السلوكية انتشارا في مرحلة الطفولة وهو "اضطراب النشــاط الزائد" الذي يؤثر تــأثيــرا سلبيــا على حيــاة الطفــل النفسيـــة و الإجتماعية و التعليمية .

ويعتبر موضوع اضطراب النشاط الزائد وبحدود علم الباحثة من الموضوعات التي ندُر تناولها في سلطنة عمان ..

كما تتجلى أهمية هذه الدراسة في إلقائها الضوء على فئة "الطلبة العاديين"الذين قد يسبب لهم النشاط الزائد مشكلات تربوية و اجتماعية تقلق الأسرة و المدرسة ، والطلبة العاديين في هذه الدراسة هم أولئك الذين تم التأكد من خلوهم من أمراض عضوية من خلال متابعة السجل الطبي لهم ، وهم الطلبة من غير ذوي صعوبات التعلم ، حيث تم التأكد من ذلك من خلال الرجوع إلى معلمة صعوبات التعلم و التي تعتمد في تشخيصها على مقاييس صعوبات التعلم .

كمـا تعتبـر هـذه الدراسـة موجهـا و مرشـدا للمعلـم و الوالـدين والمرشـد النفسـي فـي كيفيـة التعامل الصحيح مع فئة الأطفال مفرطي النشاط من خلال إعداد برنامجا إرشاديا قابلا للتطبيق يتضمن مجموعة من الأساليب و الفنيـات التي قـد تسهـم فعــلا في خفض بعضا من أعـراض و مظاهر النشاط الزائد التي تسبب لهم الكثير من المعاناة اليومية ، كما تعتبر موجها لهم في كيفية التعرف الصحيح على هؤلاء الأطفال من خلال توفير و تقديم أداة ملائمة للبيئة العمانية

المحلية لقياس النشاط الزائد ، كما أنه سوف يستفاد من نتائج هذه الدراسة في معالجة بعضا من أعراض النشاط الزائد ، بالإضافة إلى تقديم مجموعة من التوصيات و المقترحات من بينها ضرورة تصميم برامج إرشادية و تطبيقها لدى طلاب من فئات أخرى مثل فئة : ذوي صعوبات التعلم – المتخلفين عقليا القابلين للتعلم و ذلك في مراحل دراسية مختلفة.

حدود الدراسة :

تتحدد الدراسة الحالية بالمحددات الآتية:

1. الحدود المكانية : مدرسة جماء للتعليم الأساسي (1−10).
2. الحدود الزمانية : العام الدراسي 2012م إلى 2013م.
3. الحدود البشرية : طلبة الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدرسة جماء بولاية الرستاق في محافظة جنوب الباطنة .

مصطلحات الدراسة:

احتوت الدراسة الحالية على مجموعة من المصطلحات وهي :

الفاعلية : هي الأثر الذي يمكن أن يحدثه البرنامج المقترح في خفض النشاط الزائد ويتم تحديد هذا الأثر احصائيا (صافيناز ، 2008 ، 6).

و يقصد بها في هذه الدراسة مقدار التحسن الذي يحدثه البرنامج الإرشادي من خلال تطبيق مجموعة من الفنيات و الأساليب الإرشادية تهدف إلى خفض بعضا من مظاهر النشاط الزائد لدى طلبة الحلقة الأولى من التعليم الأساسي ، و تقاس هذه الفاعلية من خلال القياس البعدي لمقياس النشاط الزائد.

البرنامج الإرشادي : هو عملية مخططة ومنظمة في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة و غير المباشرة فرديا و جماعيا لجميع من تضمهم المدرسة بهدف مساعدتهم على تحقيق النمو السليم (زهران ، 2002 ، 499) .

ويقصد به في هذه الدراسة هو " تلك الإجراءات و الأساليب السيكولوجية القائمة على استخدام الفنيات المعرفية و السلوكية وفق ضوابط استراتيجية معينة تهدف إلى خفض حدة النشاط الزائد".

النشاط الزائد : اضطراب سلوكي يتسم بالحركة الزائدة غير الهادفة و غير المقبولة اجتماعيا وعدم الإنتباه و الإندفاعية ويكون هذا السلوك متكرر و شديد بالمقارنة مع سلوك الأطفال العاديين (سامية ، 2002 ، 110).

ويقصد به اجرائيا في هذه الدراسة الدرجة التي يحصل عليها التلميذ على مقياس النشاط الزائد المستخدم في هذه الدراسة مشتملا على الأبعاد الثلاث ضعف الانتباه والحركة المفرطة والإندفاعية.

الحلقة الأولى من التعليم الأساسي: هي مرحلة من مراحل التعليم الأساسي في سلطنة عمان تمتد من الصف الأول وحتى الصف الرابع الأساسي (www.moe.gov.om).

أولا : الإطار النظري و يشتمل على :

*مفهوم النشاط الزائد.

*خصائص المرحلة السنية (7-9) سنوات.

*أسباب اضطراب النشاط الزائد.

*أعراض النشاط الزائد.

*تشخيص اضطراب النشاط الزائد.

*الإضطرابات المصاحبة لاضطراب النشاط الزائد.

*علاج اضطراب النشاط الزائد.

ثانيا : الدراسات السابقة وتنقسم إلى :

أ) دراسات تناولت اضطراب النشاط الزائد وعلاقته ببعض المتغيرات.

ب) دراسات تناولت النشاط الزائد من حيث البرامج العلاجية والإرشادية و التدريبية والسلوكية.

الإطار النظري و الدراسات السابقة

تمهيد:

يتناول هذا الفصل مجموعة من المفاهيم الأساسية ذات الصلة بموضوع الدراسة ، حيث يبدأ بعرض مفهوم اضطراب النشاط الزائد ، و نظرا لأن عينة الدراسة تتكون من الأطفال الذين تتراوح أعمــارهم بين (7–9) سنــوات فسوف نتعرض لخصائص هذه المرحلة السنية من العمر ، و يتبعها عرض خصائص الأطفال المصابين باضطراب النشاط الزائد.

و يتطرق الفصل فيما بعد إلى باقي الموضوعات ذات الصلة بموضوع الدراسة وهي : أسباب اضطراب النشاط الزائد ، و أعراضه ، و كيفية تشخيص النشاط الزائد ، و عرضا للاضطرابات المصاحبة للنشاط الزائد ، و طرق علاج النشاط الزائد .

كما سيتم عرض الدراسات السابقة والتي تنقسم إلى محورين هما:

المحور الأول : دراسات تناولت اضطراب النشاط الزائد و علاقته ببعض المتغيرات.

المحور الثاني : دراسات تناولت البرامج العلاجية و الإرشادية و التدريبية لخفض النشاط الزائد.

ويتبع هذا الجزء التعليق على هذه الدراسات.

أولا : الإطار النظري :

مفهوم النشاط الزائد:

عرفت الجمعية البريطانية لعلماء النفس اضطراب ضعف الإنتباه المصحوب بالنشاط الزائد Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) بأنـه "اضطراب عصبي نفسي يتمثل بضعف الإنتباه و الحركة المفرطة و الإندفاعية و لا يلائم المرحلة النمائية العمرية للفرد و يسبب خللا في التفاعل الإجتماعي و التحصيل الأكاديمي و عجزا في تنظيم السلوك ويمكن تحديده في الطفولــة و يستمر في مرحلة الرشد" (Chu,2003,p.221).

أما المعهد الوطني للصحة النفسية الأمريكية (National Institute of Mental Health,NIMH,2003,p.2) فقد عرفهم "بأولئك الأطفال ممن لديهم صعوبة في الإحتفاظ بأفكـارهم و يشعرون بالملل بعد بضع دقائق من القيام بالمهمة ، و لا يقلقون ببذل أي جهد في الإنتباه و ليس لديهم شعور أو إحساس لتعلم مهارات جديدة ، و يتصفون بعدم القدرة على أداء الواجبات البيتية بوضوح ، وغالبا ما ينسون ملاحظاتهم و كتبهم في المدرسة و البيت ، و كثرة الأخطاء التي يعملونها "

و عرفتـه الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال بأنه "أكثر الإضطرابات السلوكية العصبية شيوعـــا في الطفولـــة ، و تتمثل الأعـــراض الأســاسية لهــذا الإضطــراب بعــدم الإنتبــاه و الحركـة المفرطــة و الإندفاعية ، وربما يعــاني هـؤلاء الأطفـال من مشكــلات وظيفيــة مثل : الصعوبــات المدرسيــة و التحصيـــل المتدني و مشكلات في العــلاقات مع أفـراد الأســرة و الأقران بالإضافة إلى تدني تقدير الذات لديهم" (American Academy of Pediatric,2000,p.1158).

ويعرف الدليل الموحد لمصطلحات الإعاقة و التربية الخاصة و التأهيل (2001) النشاط الزائد على أنه :"نشاط حركي غير هادف لا يتناسب مع الموقف أو المهمة ويسبب الإزعاج للآخرين" (الزارع ، 2007 ، 15).

وقد عرف ديلز (Dills,2001, p.20) النشاط الزائــد بأنـــه "استمراريـــة لعدم الإنتباه و الحـركة الزائـدة و يظهر ذلك في أكثر من موقع و وضع اجتماعي يتعارض مع المواقف الإجتماعية الأخرى".

ويرى باركلي (Barkley,1999,p.180) أن الأطفال المصابين بالنشاط الزائد هم الذين يعانون من مصاعب في الإنتباه و التحكم في الإندفاع و ضبط مستوى النشاط ، و يؤدي ذلك إلى إفساد علاقاتهم بالرفاق و الأقران و علاقاتهم الأسرية.

ويذكر الشخص (1985 ، 337) أن الطفل زائد النشاط هو "الطفل الذي يعاني من ارتفاع مستوى الحركة المفرطة بصورة غير مقبولة اجتماعيا و عدم القدرة على تركيز الإنتبـاه

لمـدة طـويلة و عدم ضبط النفس (الإندفاعية) و عدم القدرة على إقامة علاقات اجتماعية طيبة مع أقرانه و والديه و معلميه".

من خـــلال العرض السابق لبعض تعريفات النشاط الزائد نجد أنه مهما اختلفت التعابير و الألفاظ في تعريفه إلا أنها واحدة في المضمون فكلها تشير إلى أن النشاط الزائـــد يتضمـن ثلاثـة أبعـاد هي : الحركة المفرطة و الإندفاعية و ضعف الإنتباه ، إلا أنها قد تختلف في شدتها من طفل لآخر ، و قد يظهر لدى طفل الأبعاد كلها و لدى طفل آخر بعدين فقط .

و تعرف الباحثة اضطراب النشاط الزائد على أنه : "مجموعة من أنماط السلوك التي يظـهرها الطفل و تكون أكثر وضوحا عند تركه المنزل و دخولـه المدرسة مثل : الحركـــة الـزائـــدة المتكـــررة و عـدم القـدرة علـى التركيز لفترة طويلة و الإندفـاعية أو التهور، وتكـــون هـذه السلوكيـات متكـــررة و شديدة بالمقارنة مع سلوك الأطفال العاديين ممن هم في نفس عمره و جنسه".

خصائص المرحلة السنية (7-9) سنوات:

تعتبر المرحلة السنية (7-9) سنوات وهي مرحلة الطفولة المتوسطة مرحلة تغير في منحى حياة الطفل حيث يدخل حياة جديدة بالنسبة له و هي مرحلة دخول المدرسة ، حيث تتسع آفاقه العلمية و المعرفية فيتعلم المهارات الأكاديمية كالقراءة و الكتابة والحساب ، و يتعلم المهارات الجسمية اللازمـة للألعـاب و الأنشطة العادية المختلفة ، كما تتسع دائرة الطفل الإجتماعية فيكون لـه علاقـات مع أقرانـه و يبدأ بالإستقلالية عن والديه و أسرته ، و فيما يلي عرضا لبعض خصائص هذه المرحلة من العمر:

الخصائص الجسمية و الحركية:

تعتبر هذه المرحلـــة العمـــرية مرحلـــة نمو بطيء من الناحية الجسمية و نمو سريع في الجوانب الأخرى ، حيث يزداد الطول بنسبة 5% سنويا ، و يزداد الوزن بنسبة 10% سنويا

، و تظهر الفروق الجسمية بين الجنسين ، وتتساقط الأسنان اللبنية و يظهر بدلا منها الأسنان الدائمة (ملحم ، 2007).

أما من حيث قوة الطفل العضلية فهي لا تزال ضعيفة في بداية المرحلة ، و يأخذ الحس العضلي في التحسن تدريجيا و يكون له أثره المحسوس في تحسن المهارة اليدوية و يستطيع الطفل في يسر و سهولة أن يسيطر على العضلات الكبرى (غزال ، 2008).

في حين أن سيطرته على عضلاته الدقيقة بشكل تام لا يحصل إلا في سن الثامنة ، فيلاحظ على طفل الصف الأول يخلط بين كتابة حرف (م) و حرف (ع) ، و بين (ب) و (ي) و غيرها من الحروف قريبة الشبه ، بسبب عدم نمو عضلات أصابع يديه و عدم قدرته على التنسيق بينها و بين عينيه ، و مع تقدم الطفل في هذه المرحلة يزيد التآزر الحركي بين العينين و اليدين (بشناق ، 2001).

و تؤدي زيادة حجم الجسم و قوة العضلات إلى تعزيز التناسق الحركي و تحسينه ، كما يزداد نشاط الطفل في هذه المرحلة و يزداد نموه الحركي ، حيث يحب الطفل العمل اليدوي و يميل إلى تركيب الأشياء ، و يلاحظ على طفل هذه المرحلة تعلم المهارات الجسمية و الحركية اللازمة للألعاب مثل : لعب الكرة ، و ألوان النشاط العادية كالجري والقفز و التسلق ونط الحبل ، و يزداد التآزر الحركي للطفل و تتهذب حركاته و تختفي الحركات غير المطلوبة (ملحم ، 2007 ؛ أبوجادو ، 2004).

بينما نجد أن طفل النشاط الزائد غالبا ما تكون حركاته غير مهذبة و ليس لها هدف و مفرطة مسببة الإزعاج للآخرين ، و كثيرا ما يفرط في الجري و التسلق ، و لا يحب الجلوس في مكان واحد بل غالبا ما يكون متنقلا من مكان لآخر ، و لا يحب الألعاب التي تحتاج إلى انتباه و تركيز كلعبة تركيب الأشياء.

كما أن طفل النشاط الزائد يعاني من قصور في التناسق و التآزر الحركي و هذا ينعكس على الحركات الدقيقة بحيث يجد هؤلاء الأطفال صعوبة في أداء الأعمال التي تتطلب

مهارات حركية دقيقة مثل الكتابة ، و يتضح ذلك من عدم تناسق الخط و عدم انتظام الكتابة على السطر(العندس ، 2004).

و من خلال هذا العرض نجد الإختلاف بين الطفل العادي و طفل النشاط الزائد من حيث الخصائص الجسمية و الحركية.

الخصائص العقلية و المعرفية:

يتطور النمو العقلي و المعرفي للطفل في هذه المرحلة من العمر حيث يشهد نموا سريعا في العقل ، فيتعلم الطفل المهارات الأساسية كالقراءة و الكتابة و الحساب و يهتم بمواد الدراسة و يحب الكتب و القصص و ينمو حب الإستطلاع و الإستكشاف لديه ، كما أنه يستطيع أن يجيب عن بعض الأسئلة المنطقية البسيطة ويميل إلى التعميم السريع ، وينمو التفكير الناقد لديه ، كما تتغير مفاهيمه في هذه المرحلة من المفاهيم المتمركزة حول الذات إلى المفاهيم الأكثر موضوعية ، و من المفاهيم البسيطة إلى المفاهيم المعقدة (بشناق ، 2001).

كما أن التخيل يتطور عند طفـل هـذه المرحلـة من حالة التخيل الإيهامي إلى الواقعية و الإبتكار و التركيب ، و ينمو اهتمامه بالواقع و الحقيقة (ملحم ، 2007 ، 304).

ينمو التذكر نموا كثيرا في هذه المرحلة ، حيث تتميز الذاكرة في النصف الأول من هذه المرحلة بأنها صماء أي أن الطفل يتذكر درسا حتى ولو لم يفهمه ، أما في النصف الثاني من هذه المرحلة من العمر يبدأ الفهم يدخل كأحد العوامل المهمة التي تساعده على التذكر(خليفة ، 2005).

كما أن ظاهرة التذكر الآلي التي لا تستند إلى فهم يبدأ يقل كلما تقدم الطفل في العمر و يحل محلها تدريجيا ظاهرة التذكر المنطقي الذي يقوم على الفهم و إدراك العلاقات و يتماشى مع نموه عمليتي التذكر و الإنتباه (غزال ، 2008).

و تزداد قدرة الطفل على الحفظ إذ يحفظ حوالي 10 أبيات من الشعر في سن السابعة و11 بيتا في سن الثامنة و 13 بيتا في سن التاسعة (خلف الله ، 2004 ، 90).

و الطفل بشكل عام في هذه المرحلة من العمر يزداد مدى انتباهه و مدته و حدته ، إلا أن طفل السابعة مازال لا يستطيع تركيز انتباهه في موضوع واحد مدة طويلة خاصة إذا كان موضوع الإنتباه حديثا شفهيا حيث يصعب على الطفل أن يتحرر من العوامل الخارجية التي تعمل على تشتيت الإنتباه (بشناق ، 2001).

أما الإدراك الحسي للطفل في هذه المرحلة من العمر فإنه ينمو بحيث يدرك الطفل الزمن (الفصول الأربعة) و شهور السنة ، و يزداد إدراك المسافات و تزداد قدرته على إدراك الأعداد فيتعلم العمليات الحسابية الأساسية (الجمع و الطرح) ثم الضرب و القسمة ، كما يستطيع التمييز بين الحروف الهجائية ، كما أن حاسة السمع تكون في طريقها إلى النضج إلا أنه مازال غير ناضج تماما ، و تكون حاسة اللمس لديه قوية (خلف الله ، 2004).

و في المقابل نجد أن النمو العقلي و المعرفي لطفل النشاط الزائد مختلف حيث يؤثر النشاط الزائد على الذاكرة و تنظيم استقبال المثيرات و إدراكها ، كما أنه يعاني من صعوبات في التعلم خاصة القراءة و الكتابة والتهجئة و الرياضيات (الدسوقي ، 2006).

حيث وجد أن 33% من الأطفال المصابين بالنشاط الزائد لديهم صعوبات في القراءة و أن هذه الصعوبات لها تأثير واضح على التحصيل الدراسي و الأكاديمي (Lufi & Parish , 1995,p.79).

و من خلال اطلاع الباحثة على نتائج دراسات سابقة وجدت أن طفل النشاط الزائد يعاني من رسوب متكرر و تدني مستوى التحصيل الدراسي ، كما تكون مدة الإنتباه لديه قصيرة حيث يتشتت انتباهه لأي مثير خارجي فيصعب عليه التركيز على أمر أو موضوع معين لفترة طويلة ، و في هذا الصدد توصلت دراسة الدردير(1999) إلى أن التحصيل الدراسي لأطفال النشاط الزائد يكون متدني.

و قد ذكر العاسمي (2008) في نتائج دراسته أن أطفال النشاط الزائد لديهم ضعف في التحصيل الدراسي ناتج عن عدم قدرة الطفل على متابعة شرح المعلم أثناء الدرس مما يؤثر ذلك على اجاباته الشفهية و الكتابية ، كما أنه يعاني من صعوبة أداء الواجبات المدرسية التي

تحتاج إلى التذكر بشكل كبير ، فهو ينسى الإجابة المطلوبة عن السؤال عندما يأتي دوره في الإجابة و ينسى إحضار الكتب و الأدوات المدرسية ، إضافة إلى ذلك معاناته في صعوبة استدعاء و تذكر المعلومات التي قرأها أو تعلمها ، و ترجع مشكلة الذاكرة لدى الطفل إلى الحالة الحركية المفرطة و عدم الإنتباه أثناء تلقيه المعلومات.

الخصائص الإجتماعية :

يتطـور النـمو الإجتمـاعي لدى الطفل في هذه المرحلـة حيث يصبح ذو ميول اجتماعية و تتسع دائرة الحياة الإجتماعية للطفل فبعد أن كان يحتل الوالدان المرتبة الأعلى في حياته يصبح الآن وفي هذه المرحلة مشغولا بأصحابه و أصدقائه و زمـلائه في المـدرسـة ، وتظـهر مجموعــات الأصدقــاء و تتميز علاقاته مع أصدقائه بالتعاون و التفاهم ، حيث يحرص دائما على أن تكون له مكانة حسنة بين أقرانه و يعمل جاهدا على ذلك ، و يشارك زملاؤه في اللعب بروح الجماعة و ينفذ دوره دون تجاوز لدور أحد ، كما يكون عارفا بالأمور الثقافية المتمثلة بالعادات و الآداب وأن عليه الإلتزام بها (خليفة ، 2005).

والطفل في هذه المرحلة مستمع جيد ، و يعدل سلوكه بحسب المعايير و الإتجاهات الإجتماعية و قيم الكبار (ملحم ، 2007 ، 309).

و هذا كلـه بعكس طفل النشـاط الزائـد الذي تكـون علاقتـه مع الآخرين قاصرة و محدودة ، لأن السلوك الذي يسلكه في البيت أو المدرسة أو الشارع يعد سلوكا غير مقبول و غير ملائم ، فيواجه بالنفور و التأفف من الآخرين (سيسالم ، 2006).

و من السلوكيات الإجتماعية غير المقبولة التي يصدرها طفل النشاط الزائد : عدم الإلتزام بالتقاليد و النظم المعمول بها و الثرثرة المستمرة و مقاطعة الآخرين ، كما أنه لا ينتظر دوره في اللعب (الدسوقي ، 2006).

كما أنه يكون غالبا في صـراع مع المـدرسين أو الزمـلاء و الأقــران أو حتى مــع الأسرة ، و يعاني من ضعف المهارات الإجتماعية و سمعته الإجتماعية تكون سيئة و غالبا ما يترك المدرسة (الرويتع ، 2002).

كما يعاني أطفال النشاط الزائد من صعوبات في تكوين صداقات مع الآخرين و بخاصة أقرانهم ، كما يعانون من صعوبة في الإحتفاظ بأصدقائهم ، و يرجع سبب ضعف علاقة الطفل ذو النشاط الزائد بالآخرين إلى اندفاعيته القوية و نشاطه غير الهادف و ضعف قدرته على تحمل الإحباط (القاضي ، 2011).

و قد أشارت نتائج دراسة الدردير (1993) إلى أن أطفال النشاط الزائد غير مهذبين في تعاملهم مع الآخرين و يشكو منهم الجيران ولا يستمعون جيدا للحديث و يقاطعون الآخرين في أحاديثهم.

كما أكدت دراسة العاسمي (2008) أن أطفال النشاط الزائد لديهم صعوبة في التوافق الإجتماعي و المتمثل في المهارات الإجتماعية و إقامة علاقات في البيئة المدرسية و المحلية.

الخصائص الإنفعالية و النفسية:

تعد هذه المرحلة من العمر بالنسبة للطفل مرحلة هدوء و كمون نسبي و ينفتح أمام الطفل عالم كبير ينفرد به دون أسرته فيحفزه على أن يستقل بذاته و بأنشطته (الداهري ،2008)

و تتميز هذه المرحلة بأنها تسير نحو استقرار الإنفعال و نحو الهدوء الإنفعالي و لذلك تسمى هذه الفترة بفترة الطفولة الهادئة نسبيا أي بالنسبة إلى الإنفعالات المصاحبة التي نراها في السنوات الأولى من حياة الطفل (غزال ، 2008).

و يتعلم الطفل في هذه المرحلة من العمر اشباع حاجاته بطريقة بناءة دون الحاجة إلى نوبات الغضب ، و يبدي الطفل الحب و يحاول الحصول عليه ، و يقاوم النقد في الوقت الذي يميل فيه إلى نقد الآخرين ، و يشعر بالمسؤولية ، و يستطيع تقييم سلوكه الشخصي ، و تتغير مخاوفه من الأصوات و الأشياء الغريبة و الظلام إلى الخوف من المدرسة و العلاقات الإجتماعية ، وتشتد مواقف الغضب في حالة الإحباط (أبوجادو ، 2004).

و تتكون لدى طفل هذه المرحلة العواطف و العادات الإنفعالية مع الآخرين و يعبر الطفل عن غيرته في هذه المرحلة بمظاهر سلوكية منها الضيق و التبرم ممن سبب له هذا الشعور (بشناق ، 2001).

أما طفل النشاط الزائد فيتميز بمجموعة من الخصائص الإنفعالية تتمثل في ضعف مفهوم الذات و الثقة بالنفس و هذه الخاصية تأتي نتيجة لكثرة الصعوبات و المشكلات التي تواجه الطفل بالإضافة إلى تجارب الفشل و النقد المستمر لسلوكه و التعامـــل السلبي معه من الأقران و المحيطين به (القبالي ، 2008).

إذ كثيــرا مــا يكشــف الفحص النفسي للأطفـال ذوي النشاط الزائـد عن وجـود اكتئـاب نفسي و إحساس بالنقص لأنهم يرون أنفسهم كأطفال سيئين و غير محبوبيـن و لهم أصــدقاء قليلــون جـدا و ينظر إليهم على أنهم صانعو مشاكل (حمودة ، 1998).

و قد أكدت دراسةحسين و عبدالغفار (2006) أن مفهوم الذات ينخفض لدى أطفال النشاط الزائد ، و ترتفع درجة العدوان لديهم.

و يشير باركلي (Barkley,1990,p.102) إلى أن تقدير الذات المنخفض لدى طفل النشاط الزائد يرجع إلى التغذية الرجعية السالبة المستمرة التي يحصل عليها هؤلاء الأطفال أثناء تفاعلهم مع الآخرين و عدم قبولهم إجتماعيا.

يرى الباحثون أن حوالي (20-30) % من أطفال النشاط الزائد يعانون من اضطراب القلق أو التوتر ، و أن حوالي (10-40)% من هؤلاء الأفراد يعانون من اضطراب الحالة المزاجية ، كما أظهرت العديد من الدراسات أن أطفـــال النشاط الزائـد يعـــانون من الإنطــواء و السلبية و فقدان الإحساس بالأمان ، و عدم توافق ردود أفعالهم الإجتماعية أو استجاباتهم مع الحدث أو المثير ، و أنهم يفشلون في التعبير عن عواطفهم الخاصة (الدسوقي ، 2006 ، 50).

مما سبق نجد أن طفل النشاط الزائد يختلف عن الطفل العادي في جميع الخصائص النفسية و الإنفعالية و السلوكية و الإجتماعية و الحركية ، و يبرز هذا الإختلاف عندما يدخل

الطفل المدرسة ، إذ يمكن ملاحظة الفرق في السلوكيات و الإنفعالات بين الطلاب داخل غرفة الصف و في المدرسة ككل ، فيلاحظ المعلم أن طفل النشاط الزائد مختلف عن زملائه الطلاب في سلوكياته و حركاته و انفعالاته و علاقاته مع زملائه تكون سيئة .

أسباب النشاط الزائد:

لم يتفق الباحثون حول الأسباب التي تؤدي إلى الإصابة بالنشاط الزائد حيث يشير بعضهم إلى أن النشاط الزائد يرجع إلى العوامل الوراثية ، و يشير آخرون إلى أهمية العوامل الفسيولوجية كاضطرابات الغدد و ضغط الدم في الإصابة بالنشاط الزائد ، و يشير آخرون إلى أنه يرجع إلى وجود تلف في المخ لذلك يوصي هؤلاء باستخدام العلاج الطبي مع الأطفال و تناول العقاقير ، بينما يرى باحثون آخرون أن معظم أسباب النشاط الزائد ترجع للعوامل البيئية و الإجتماعية و النفسية (يوسف و زكريا ، 2000).

فقد أشارت دراسة السيد حسن (1996) إلى أهمية الأسباب الفسيولوجية في إصابة الطفل بالنشاط الزائد ، و أكدت دراسة الشخص (1985) إلى أهمية الأسباب البيئية و أساليب المعاملة الوالدية كالتصدع الأسري أو الحرمان الثقافي في إصابة الطفل بالنشاط الزائد ، و توصلت دراسة الشريف (1993) إلى أن التسلط و الإهمال و التذبذب و التفرقة في معاملة الطفل قد تكون سببا في إصابته بالنشاط الزائد.

وفيما يلي توضيح لهذه الأسباب:

أولا : العوامل الوراثية :

تلعب العوامل الوراثية دورا هاما في إصابة الأطفال باضطراب النشاط الزائد و ذلك إما بطريقة مباشرة من خلال نقل المورثات التي تحملها الخلية التناسلية لعوامل وراثية خاصة بتلف أو بضعف بعض المراكز العصبية المسؤولة عن الإنتباه بالمخ ، و إما بطريقة غير مباشرة من خلال نقل هذه المورثات لعيوب تكوينية تؤدي إلى تلف أنسجة المخ و التي بدورها تؤدي إلى ضعف نموه بما في ذلك المراكز العصبية الخاصة بالإنتباه ، و قد أشارت الدراسات إلى أن

10% من آباء الأطفال مفرطي النشاط كانت لهم نفس الأعراض في طفولتهم (أحمد و بدر، 1999 ؛ الشربيني ، 1994).

و معظم الأبحاث التي تناولت العوامل الوراثية المسببة للنشاط الزائد توفرت من خلال ثلاثة مصادر أساسية هي (الزارع ، 2007)

1 . الدراسات الأسرية التي أكدت أن وجود تاريخ أسري يحمل اضطراب النشاط الزائد مؤشر على إمكانية حدوثه لدى الأبناء .

2 . دراسات التوائم التي أظهرت ارتفاع احتمالية ظهور اضطراب النشاط الزائد لدى التوائم المتطابقة مقارنة مع التوائم غير المتطابقة .

3 . الدراسات الجينية التي أشارت إلى أن هناك عددا من الجينات لها علاقة بحدوث حالات النشاط الزائد ، حيث اكتشف العلماء أنه يوجد أكثر من جين مسئول عن حدوث الإضطراب .

ثانيا : العوامل البيئية :

قد تلعب العوامل البيئية دورا في ظهور أعراض النشاط الزائد لدى الطفل ، و يبدأ تأثير هذه العوامل منذ أن كان الطفل جنينا في بطن أمه ، و يمكن تقسيم تأثير هذه العوامل خلال ثلاث مراحل ، هي:

1 . مرحلة الحمل : فالأم أثناء حملها قد تتعرض للأشعة السينية أو أشعة X أو قد تتناول أدوية خلال الثلاث شهور الأولى للحمل أو قد تصاب ببعض الأمراض أثناء الحمل كالحصبة الألمانية أو الزهري أو السيلان أو تعاطيها للكحول أو المخدرات أو نقص التغذية أثناء الحمل ، كل ذلك يؤدي إلى احتمال إصابة الجنين بتلف في المخ أو في الجهاز العصبي المركزي (الدسوقي ، 2006).

2 . مرحلة الولادة : هناك بعض العوامل التي تحدث أثناء عملية الولادة تتسبب في إصابة مخ الجنين أو تلف بعض خلاياه مما يؤدي إلى ضعف قدرة المخ على معالجة المعلومات ، و

ينعكس ذلك بدوره على العمليات العقلية الخاصة بالإنتباه و التحكم في السلوك مما يؤدي إلى إصابة الطفل باضطراب النشاط الزائد (أحمد و بدر ، 1999).

3 . مرحلة ما بعد الولادة : فكثرة ارتطام رأس الطفل بشدة على الأرض أو إصابة الطفل ببعض الأمراض المعدية مثل الحمى القلاعية و الإلتهاب السحائي و الحمى القزمية تؤدي إلى إصابة بعض المراكز العصبية بالمخ خاصة المسؤولة عن الإنتباه و التركيز (أحمد وبدر، 1999).

و قد أشارت الدراسات إلى أن المواد المضافة للطعام من أجل إعطائها نكهة أو لونا صناعيا و كذلك السكر قد تقوم بدور في ظهور أعراض اضطراب النشاط الزائد ، أو قد تعمل على تفاقم الأعراض عند تناولها ، و في الوقت نفسه وجدت الدراسات أن الحمية الغذائية قد حسنت من أعراض النشاط الزائد لدى ٥% من الحالات التي تعاني من هذا الإضطراب (National Institute of Mental Health,2003,p.8).

كما أن تناول الطفل لكميات كبيرة من الحلوى و المواد السكرية يؤدي إلى زيادة نشاطه الحركي المفرط ، و لقد أجريت عدة دراسات استهدفت فحص العلاقة بين تناول الطفل لمواد سكرية و نشاطه الحركي المفرط ، و قد بينت جميعها أن المواد السكرية التي يتناولها الطفل تؤدي إلى ارتفاع مستوى نشاطه الحركي من خلال زيادة نسبة الطاقة لديه (Rosenl,1988,p.585).

ثالثا : العوامل العضوية "البيولوجية":

هناك مجموعة من العوامل العضوية التي من الممكن أن تدخل كأسباب رئيسية وراء مشكلة النشاط الزائد وهي:

1 . خلل في وظائف المخ:

إذ يحدث الخلل أو التلف في القسم الأوسط لدماغ الطفل فينتج عنه عجز في وظائف الدماغ ، و مع اختلاف الأسباب المؤدية إلى العجز الوظيفي إلا أنها تؤثر على نمو الفرد الدماغي بالشكل الطبيعي (محفوظ ، 2010).

و قد تكون من ضمن الأسباب المؤدية إلى الخلل الوظيفي للدماغ بحسب ما أشارت إليه مجموعة من الدراسات نشاط الجزء تحت القشري في الدماغ أو نتيجة ضعف نمائي يعود لأسباب متباينة مثل : الأورام أو نقص الأكسجين في الأنسجة (يحيى ، 2007).

2 . خلل في الجهاز العصبي:

و قد يصاب الطفل بخلل في جهازه العصبي بسبب تأخر نضجه أو إصابته خلال فترة الحمل كتناول الأم لأدوية معينة أو إصابة الأم ببعض الأمراض خلال حملها كذلك تعرض الطفل لبعض السموم مثل:الرصاص (مجيد ، 2008).

3 . خلل كيميائي في الناقلات العصبية:

تشير الدراسات الحديثة إلى أن اضطراب النشاط الزائد يعود إلى خلل كيميائي في الناقلات العصبية ، و الناقلات العصبية هي عبارة عن قواعد كيميائية تعمل على نقل الإشارات العصبية بين المراكز العصبية المختلفة بالمخ ، و من أهم تلك النواقل (النورأدرينالين) و (الدوبامين) و على وجه الدقة الآثار الطرفية ، فحدوث اختلال لتوازن هذه الناقلات يؤدي إلى اضطراب ميكانزم الإنتباه فتضعف قدرة الفرد على الإنتباه و التركيز و الحرص من المخاطر ويزداد اندفاعه و نشاطه الحركي (Tucket & Williamson,1984,p,190؛ أوزي، 2008).

رابعا : العوامل الإجتماعية :

أظهرت نتائج العديد من الدراسات أن كثيرا من الأطفال يعانون من النشاط الزائد بسبب الظروف الإجتماعية و النفسية المحيطة بهم ، و من أهم العوامل الإجتماعية التي قد تسبب هذا الإضطراب لدى الطفل ، ما يلي:

1 . سوء أساليب المعاملة الوالدية:

إن الطفل يحتاج إلى الحب و القبول و الدفء العاطفي من والديه مثل حاجته للغذاء و الكساء ، لذلك فإن أساليب المعاملة الوالدية الصحيحة التي يشعر الطفل منها بالإهتمام و الحب من والديه تؤدي إلى توافقه النفسي و الإجتماعي ، أما أساليب المعاملة الوالدية الخاطئة التي تتسم بالرفض الصريح و الإهمال و اللامبالاة بالطفل و العقاب البدني أو النفسي المتكرر والشديد و التي يشعر الطفل منها بأنه منبوذ و غير مرغوب فيه فإنها تؤدي إلى إصابة الطفل بالنشاط الزائد (Mash & Johanston,1990,p.318 : أحمد و بدر ، 1999).

و أكدت دراسة الشريف (1999) أن أساليب معاملة الأم لطفلها و المتمثلة في (النبذ – الحماية الزائدة – التسامح الزائد) يساهم في إصابة الطفل بالنشاط الزائد.

و يرى باركلي (Barkley,1990,p.101) أن اضطراب النشاط الزائد يعد نتيجة مباشرة لضعف في ضبط سلوك الطفل من جانب والديه فالطرق التي يستخدمها بعض الآباء في ترويض سلوك أبنائهم قد تكون ضعيفة الأمر الذي يؤدي إلى اضطراب سلوك هؤلاء الأبناء.

كما أن اتجاهات آباء وأمهات أطفال ذوي النشاط الزائد أكثر تسلطا و إهمالا و إثارة للألم النفسي و تفرقة و حماية زائدة و تذبذبا من اتجاهات آباء و أمهات الأطفال العاديين(عبدالقادر، 1993).

كما أن والدو أطفال النشاط الزائد أكثر إساءة لأطفالهم الذكور من الإناث بصورة دالة من والدي الأطفال العاديين سواء كانت تلك الإساءة (بدنية – نفسية – إهمال) أو بصورة عامة ، و الآباء أكثر إساءة من الامهات (القاضي ، 2010).

و ترى الباحثة أن بعض الآباء و الأمهات يسلكون مع أبنائهم أنماطا مختلفة من السلوكيات الخاطئة تجعلهم يشعرون بأنهم غير مرغوب فيهم ، و مع تكرار هذه الأنماط السلوكية السيئة تنعكس سلبا على نفسية أطفالهم و على سلوكياتهم فيصبحوا أكثر عدوانية و عنادا.

2 . عدم الإستقرار داخل الأسرة:

إن الأسرة غير المستقرة من الناحية الإقتصادية و الإجتماعية و النفسية ، و كذلك عدم التوافق الزواجي و سوء الإنسجام الأسري أو إدمان أحد الوالدين أو سفر أحدهما أو وفاته ، يترتب عنه ميول الطفل للإثارة و عدم التركيز (النوبي ، 2009).

فالحرمان العاطفي من الوالدين له دور في ظهور أعراض النشاط الزائد فقد قام كابلان و زملاؤه (Kaplan , et) بدراسة كان هدفها التعرف على طبيعة العلاقة بين الحرمان العاطفي من الوالدين و إصابة أبنائهم بالنشاط الزائد ، و قد تكونت عينة الدراسة من أطفال يعيشون في مؤسسات إيداع نتيجة لتصدع أسرهم ، و أطفال يعيشون في البيئة الطبيعية مع أسرهم ، و قد أظهرت النتائج أن النشاط الزائد يرتفع لدى الأطفال المودعين بمؤسسات الإيداع مقارنة بالأطفال الذين يعيشون مع أسرهم ، مما يدل على أن الحرمان العاطفي من الوالدين الذي ينجم عن التفكك الأسري يؤدي إلى إصابة الطفل بالنشاط الزائد (ورد في : أحمد وبدر ، 1999 ، 43).

وهذا ما أكدته دراسة الشخص (1992) في نتائجها أن الضغوط البيئية و الحرمان الإجتماعي و الثقافي الذي تعيشه الأسرة تكون سببا في إصابة الطفل بالنشاط الزائد.

3 . خبرة دخول المدرسة:

قد تكون البيئة المدرسية الجديدة معقدة بالنسبة للطفل مقارنة بالبيئة الأسرية المنزلية بل قد تمثل عبئا جديدا على الطفل ، و تسهم الخبرات المدرسية بشكل فعال في نشأة هذه الإضطرابات من ناحية اضطراب علاقة الطفل بمدرسيه الأمر الذي يؤدي لضعف قدرته بنفسه و شعوره بالخوف و الفشل و تكراره (النوبي ، 2009).

ويرى الطيب (1996) أن فرط النشاط قد يكون سلوكا متعلما من البيئة المحيطة أو تقليد لنموذج نشط سلوكيا كأن يقلد الطفل طفلا آخر أكبر منه سنا وأكثر منه نشاطا.

و بشكل عام ذكرت شقير (1999) أن السلوكيون يرون أن اضطراب النشاط الزائد ناتج عن أربعة عوامل هي الفشل في اكتساب سلوك مناسب أو تعلمه ، و تعلم أساليب سلوكية غير مناسبة ، و مواجهة الفرد مواقف متناقضة لا يستطيع معها اتخاذ قرار مناسب ، و ربط استجابات الفرد بمنبهات جديدة لاستثارة الاستجابة.

من خلال ما سبق نخلص إلى أن المجتمع الذي يعيش فيه الطفل قد يكون من أحد مسببات إصابته باضطراب النشاط الزائد سواء كان هذا المجتمع الأسرة أو المدرسة أو الأقران والزملاء فكلها عوامل تتضافر ليصبح الطفل ذو نشاط زائد.

خامسا : العوامل النفسية :

توجد مجموعة من العوامل النفسية التي تؤدي إلى حدوث النشاط الزائد لدى الطفل منها: الضغوط النفسية ، القلق ، التوتر ، الإحباط الشديد ، عدم الشعور بالأمن ، تدني مستوى الثقة بالنفس ، و عدم القدرة على التعبير، فالضغوط النفسية و الإحباطات الشديدة من العوامل النفسية التي تسهم في حدوث هذا الإضطراب كذلك الرفض المستمر للطفل و اشعاره بالدونية و عدم القبول لأعماله و تصرفاته و تحطيم معنوياته مما يجعله ينسحب إلى عالمه الخاص (الزعبي ، 2002 ؛ الدسوقي ، 2006).

فقد أكدت دراسة الدردير (1993) إلى ارتفاع مستوى القلق لدى أطفال النشاط الزائد بسبب ما يتميز به هؤلاء الأطفال من التهور و الإندفاعية و عدم التنظيم و عدم القدرة على مواجهة المواقف أو الأحداث البيئية المحيطة و الفشل المتكرر و كثرة تعرضهم لنقد الآخرين وضعف ثقتهم بأنفسهم.

نخلص مما سبق إلى تعدد الأسباب الكامنة وراء اضطراب النشاط الزائد و اختلاف وجهات نظر الباحثين في هذا المجال في السبب الرئيسي لإصابة الطفل باضطراب النشاط الزائد و ليس هناك رأي حاسم يفصل بين هذه الآراء و الأسباب ، و تعتبر العوامل النفسية و الإجتماعية ذات تأثير قوي في إصابة الطفل باضطراب النشاط الزائد ، إذ غالبا ما يجهل الآباء طريقة التعامل الصحيح مع طفلهم فغالبا ما يلجأون للعقاب و خاصة الضرب ، كما أن

أساليب تعاملهم مع طفلهم تكون خاطئة تتسم بالإهمال و الحرمان العاطفي ، فربما يحاول الطفل بحركاته أن يجذب اهتمام الوالدين له ، فالطفل يحتاج إلى الحب و الحنان كحاجته للماء و الطعام ، فكلما كانت أساليب الوالدين في التعامل مع طفلهم جيدة قائمة على الإحترام و الحب و الحنان كلما كانت نشأة ذلك الطفل سليمة و خالية من المشاكل.

أعراض النشاط الزائد:

عادة ما يظهر الأطفال ذوي النشاط الزائد مجموعة من الأعراض و المظاهر السلوكية التي تميزهم عن غيرهم متمثلة في ضعف الإنتباه و الحركة المفرطة و الإندفاعية ، ويمكن ملاحظة هذه السلوكيات مقارنة بالسلوكيات لدى الأطفال العاديين ممن هم في نفس فئتهم العمرية ، و تسبب لهم هذه الأعراض و المظاهر صعوبات و مشاكل في مجالات الحياة المختلفة كالبيت و المدرسة و العلاقات الإجتماعية .

فقد أشارت نتائج دراسة الشريف (1993) إلى ارتباط أعراض النشاط الزائد و هي التسرع و الحركة المفرطة و نقص الإنتباه كما أشارت إلى أن مكونات النشاط الزائد مع بعضها البعض تشكل مشكلة سلوكية ، كما أثبتت الدراسة أيضا إلى أن الطفل الذي لديه مشكلة النشاط الزائد يكون لديه مستويات حركية زائدة كما أن فترة انتباهه قصيرة و تصرفه سريع بدون تفكير .

كما توصلت نتائج دراسة معصومة (2005) إلى أن أكثر السلوكيات تكرارا في بعد ضعف الإنتباه لدى طفل النشاط الزائد هو أن الطفل يأخذ وقتا طويلا لإتمام العمل الذي بدأ فيه و تكرار الأخطاء البسيطة ، و أما أكثر السلوكيات تكرارا في بعد الحركة المفرطة هو أنه يقفز من مكان لآخر دون هدف ، و أكثر السلوكيات تكرارا في علاقاته الإجتماعية أنه يميل للتشاجر مع الآخرين و عدواني في حركاته.

كما أكدت دراسة إبراهيم (2003) إلى أن أطفال النشاط الزائد هم الذين يعانون من عدم القدرة على التركيز في المنبهات المختلفة لمدة طويلة ، كما يتسمون بالإندفاعية و الحركة المفرطة و يعانون من سوء التوافق الإجتماعي.

وفيما يلي عرض لأهم ما يميز الأعراض الأساسية لاضطراب النشاط الزائد:

أولا: تشتت الإنتباه :

يعتبر تشتت الإنتباه من الخصائص المميزة لأطفال النشاط الزائد ، إذ تكمن مشكلتهم إلى ماذا ينتبهون ، و قصر مدة الإنتباه ، إذ يواجهون صعوبة في عملية الإنتباه و ذلك لمؤثرات داخلية و خارجية تشغلهم عن التركيز و تلفت انتباههم ، فيكون من الصعب عليهم الإنتباه و الإستماع للتعليمات و فهمها لإنجاز العمل أو الواجب المطلوب مما يؤدي إلى انتقال الطفل من نشاط لآخر دون إكمال أيا منهما (سيسالم ، 2006 ، 42).

حيث أشارت نتائج دراسة رتشارد و ساموبل و تورنر(Richard, Samuel, Turner , 1990) إلى أن أطفال النشاط الزائد أظهروا قصورا في الإنتباه و الكثير من الأخطاء على مهام قياس الإنتباه طويل المدى .

ويذكر فولر (Fowler,2002) أن الأطفال الذين يعانون من ضعف الإنتباه يمكن أن يقوموا بعملية الإنتباه و لكن تكمن مشكلتهم في ثلاث مجالات رئيسية هي:

1: الإستمرار بالإنتباه لمدة كافية و لو قصيرة : أي أن مدى انتباه الطفل قصير و خاصة للمهمات المتكررة.

2: مقاومة التشتت : حيث يتشتت انتباه الطفل لأي مثير يحدث حوله حتى لو كانت ضوضاء أو مثيرات بسيطة.

3: عدم الإنتباه بفاعلية: و خاصة للتفاصيل و التنظيم للمهمات و الأعمال التي يقوم بها الطفل.

و يذكر الرويتع (2002) أن تشتت الإنتباه ينعكس على أداء الفرد في المجالات الأكاديمية و الإجتماعية و المهنية ، حيث يتصف أداؤه بالفوضوية و عدم التنظيم و ارتكاب الأخطاء التي قد تتصف باللامبالاة و الإهمال سواء في العمل أو المدرسة أو في المهام اليومية ، كما يتصف بعدم إكمال المهام المطلوبة منه كالإنتقال من مهام (واجبات مدرسية أو حياتية يومية) أو العاب إلى مهام أو ألعاب أخرى ، كما يتجنب أو يكره المشاركة في نشاطات تتطلب

استمرار الجهد العقلي مثل الأعمال المدرسية ، و كذلك يتصف بالسلوك خارج المهمات و هو الإنتباه بشكل كبير لمثيرات غير متصلة بالموضوع أو بالمهمة.

و تظهر مظاهر ضعف الإنتباه في المواقف التي تتطلب الإنتباه و التركيز ومعالجة المعلومات ، أو التي تفتقر للجاذبية و المتعة أو التي تكون شاقـة و صعبة و مفروضة عليهم ، و المواقف الجماعية سواء في الدراسة أو أداء الواجبات و الإنتباه للمعلم خلال الحصص اليومية ، و تقل حدة أعراض ضعف الإنتباه في المواقف الجديدة و التي يكون فيها التفاعل فرديا (Chu,2003,p.223).

و قد حددت رابطة الطب النفسي الأمريكي في دليلها التشخيصي الرابع (DSM–IV) عدة خصائص تميز الطفل ذو الحركة الزائدة ، على أن تكون ستة من هذه الخصائص أو الأعراض قد استمرت ستة أشهر على الأقل لدى الطفل ، و بلغت درجة غير تكيفية و غير متسقة مع مستوى نمو الفـرد ، و الخصائص أو الأعـراض و هي كما ورد في أليسون و جون (Alison & Jon ,1999 ,p.15):

1: كثيرا ما يعجز عن الإنتباه الدقيق للتفاصيل أو يرتكب أخطاء إهمال في العمل المدرسي أو المهني أو الأنشطة الأخرى.

2: كثيرا ما يجد صعوبة في إدامة الإنتباه في المهام المكلف بها أو في أنشطة اللعب.

3: كثيرا ما يبدو غير مصغ عندما يتحدث إليه أحد بشكل مباشر.

4: غالبا لا يواصل اتباع التعليمات ، و يعجز عن اكمال العمل المدرسي أو العمل اليومي ، أو مهام العمل المهني

5: كثيرا ما يجد صعوبة في تنظيم المهام و الأعمال.

6: كثيرا ما يتجنب أو يكره أو ينفر من الإشتراك في المهام التي تتطلب جهدا ذهنيا متصلا (مثل العمل المدرسي أو الواجب المنزلي).

7: كثيرا ما يضيع الأشياء الضرورية لأعماله و أنشطته (مثل الدمى أو الواجبات المدرسية المطلوبة أو الأقلام أو الكتب أو الأدوات).

8: غالبا سهل التشتت بالمثيرات الخارجية.

9: كثير النسيان في نشاطاته اليومية

و ذكر باركلي (Barkley) أن المعلمين و الآباء عادة يصفون مشكلات الإنتباه لدى الطفل بمصطلحات مثل : عدم القدرة على الإستماع ، الفشل في إنهاء المهمات المطلوبة ، أحلام اليقظة ، فقدان الأشياء و عدم القدرة على التركيز ، و سهولة التشتت ، و عدم القدرة على العمل باستقلالية ، و الحاجة إلى إعادة التوجيهات و التعليمات باستمرار ، و الإنتقال من نشاط لآخر قبل إنهائه ، و عادة ما يظهر عليهم الإرتباك و التشويش (ورد في : القرعان ، 2006 ، 10).

وقد أشارت نتائج الدراسة التي أجراها سبيدا و كرامر (Cepeda & Kramer) بهدف التعرف على قدرة الأطفال الذين يعانون من النشاط الزائد على الإنتقال من مهمة إلى أخرى ، و تبين أن لديهم صعوبة عالية في تركيز الإنتباه و الإنتقال من مهمة إلى أخرى خاصة إذا كانت غير متوافقة مع المهمة التي قبلها ، كالإنتقال من مهمة التعرف على الأرقــام إلى مهمــة التعرف على الكلمـــات ، و هذا يتطلب من المعلم زيادة مستوى الإنتظار ، ذلك بإعطاء أطفال النشاط الزائد و قتا كافيا بين مهمة وأخرى ، و تجنب إثقال ذاكرة الطفل و ذلك باختصار عدد الخطوات للمهمات المطلوبة منه ، و تزويده بتوضيحات مرئية مساعدة وتقسيم المهمات إلى أجزاء مرتبة و متجانسة لتمكينه من تركيز انتباهه بصورة مقبولة (ورد في : العتوم ، 2007 ، 36).

يمكن القول من خلال الإستعراض السابق لتشتت الإنتباه أن هذا النمط من السلوك يدور حول عملية عقلية هامة هي عملية الإنتباه فالطفل إن لم يكن قادرا على الإنتباه فإنه لن يتمكن من أداء المهام و المسؤوليات المناطة به كالإستماع إلى شرح المعلم أثناء الحصة أو تنظيم

أدواته المدرسية و عدم نسيانها ، و أداء الواجب المنزلي و هذه كلها سلوكيات و مسؤوليات مهمة لا يستطيع الطفل بدونها أن يكمل مشواره الدراسي بنجاح.

ثانيا: الإندفاعية:

عرفت الجمعية الأمريكية للطب النفسي American Psychiatric Association الإندفاعية على أنها : " التهور و التصرف بدون تفكير ، و عدم القدرة على ضبط السلوك وفقا لمتطلبات الموقف و عدم القدرة على انتظار الدور ، و مقاطعة الآخرين أثناء الحديث و التطفل عليهم و التدخل في ألعابهم" (ورد في : الدسوقي ، 2008 ،341).

أما ديكمان (Deckman,1990,p.96) فقد وصف الإندفاعية بأنها اختلال وظيفي و عرفها على أنها " الميل إلى التصرف بسرعة في معالجة المعلومات التي يتسم سلوك الفرد فيها بالوقوع في الخطأ "

فالإندفاعية سمة أساسية لدى الطفل ذو النشاط الزائد إذ غالبا ما يكون كثير المقاطعة للآخرين كما أنه يجيب بدون تفكير عن الأسئلة قبل استكمالها ، و يريد أن تجاب مطالبه في الحال ، و يرفض انتظار دوره في اللعب أو غيره مع أطفال آخرين بالإضافة لانتقاله سريعا من نشاط أو عمل لآخر قبل أن ينهيه ، و كذلك يقوم ببعض الأفعال التي تعرض حياته للخطر كالقفز من أماكن مرتفعة أو الجري في شارع مزدحم بالسيارات (النوبي ، 2009).

و قد حددت رابطة الطب النفسي الأمريكي في دليلها التشخيصي الرابع (DSM–VI) عدة خصائص تميز الطفل المندفع ، وهي كما ورد في (دبيس و السمادوني ، 1998) :

1: غالبا ما يتصرف قبل أن يفكر.

2: ينتقل بسرعة من نشاط لآخر دون أن يكمل النشاط الأول .

3: يجد صعوبة في تنظيم عمله.

4: يكون في حاجة إلى مراقبته و الإشراف عليه.

5: ليس لديه القدرة على الإنتظار في مواقف اللهو المختلفة و المواقف الإجتماعية.

6: كثيرا ما ينادي بصوت مرتفع.

و يعتبر الطفل مندفعا إذا توفرت فيه ثلاث خصائص أو أكثر من تلك الخصائص الست.

من خلال ما سبق عرضه نجد أن سلوكيات الاندفاعية تدور حول التهور و العشوائية و التسرع و عدم التفكير في عواقب الأمور ، و مضايقة الآخرين و السلوك الطائش ، مما يجعل الطفل يقع في مشاكل عديدة إجتماعية و تعليمية و نفسية ، إذ بسبب تصرفاته هذه يصبح منبوذا من المجتمع و لا يحب أحد أن يجالسه بالتالي سينظر الطفل إلى نفسه نظرة سلبية فينخفض مفهوم الذات لديه ، علما بأنه لا يقصد إثارة المشاكل السلوكية فهو بطبيعته لا يستطيع التحكم في نفسه و كأن محركا بداخله يحركه و يدفعه لمثل تلك التصرفات ، إذ غالبا ما يشعر بتأنيب الضمير بعد حدوث المشكلة ولكن هذا الشعور لا يمنعه من ممارسة تصرفاته العشوائية والخطيرة مستقبلا.

ثالثا: الحركة المفرطة:

و هو من أكثر الأعراض و العلامات وضوحا لاضطراب النشاط الزائد، حيث يتميز بوجود أنشطة حركية زائدة عن الحد الطبيعي لدى الطفل بالمقارنة مع الأطفال العاديين ممن هم في نفس العمر و الجنس.

ويشير الشربيني (1994) إلى أن أهم المظاهر السلوكية للنشاط الزائد هي : كثرة الحركة ، التململ من الجلوس لفترة طويلة ، تسلق الأشياء ، كثرة الحركة أثناء النوم ، حيث أكدت دراسة منى (2010) أن من أهم مشكلات النوم لدى أطفال النشاط الزائد الحركة الكثيرة أثناء النوم و كثرة الإستيقاظ ليلا ، و قد توصلت دراسة هلويج (Helwig,2011) إلى أن نسبة انتشار اضطراب النوم لدى أطفال النشاط الزائد بلغت 8.9% .

و قد أظهرت الدراسات الحديثة بأن أطفال النشاط الزائد أكثر حركة مقارنة مع الأطفال العاديين حتى خلال ساعات النوم ، فأعراض النشاط الزائد تتنوع وفقا لعمر الطفل و ظروف

الموقف ، ففي مرحلة الطفولة المبكرة يغلب على الأطفال النشاطات الحركية الكبيرة المفرطة مثل : الجري و الحركة السريعة و عدم القدرة على الجلوس بهدوء ، أما في سنوات المدرسة الإبتدائية فيصبح هؤلاء الأطفال أكثر عصبية و يعانون من الإرتباك و الضيق و التململ مقارنة مع أقرانهم العاديين كما أنهم يتحركون باستمرار ، و يتحدثون دون استئذان ، و ربما يتشاجرون مع الطلبة الآخرين في الصف (Fowler,2002).

و قد حددت رابطة الطب النفسي الأمريكي في دليلها التشخيصي الرابع (DSM-IV) عدة خصائص تميز الطفل ذو الحركة الزائدة ، على أن تكون ستة من هذه الأعراض قد استمرت ستة أشهــر على الأقل لدى الطفل ، و بلغت درجـــة غير تكيفيـــة و غير متسقـة مـع مستوى نمـو الفـرد و الأعراض هي:

1: كثيرا ما يتململ بيديه أو قدميه أو يتلوى في مقعده.

2: كثيرا ما يترك مقعده في الفصل أو في مواقف أخرى تتطلب منه أن يبقى جالسا.

3: كثيرا ما يفرط في الجري أو التسلق في مواقف غير ملائمة (في حالة المراهقين و الراشدين قد يقتصر ذلك على مشاعر ذاتية من عدم الإستقرار).

4: غالبا لديه صعوبة في أن يلعب أو يمارس أنشطة وقت الفراغ بهدوء.

5: غالبا ناشط في غير كلل ، وغالبا يسلك كما لو كان مدفوعا بمحرك (موتور).

6: غالبا كثير الكلام (American Academy of Pediatric,2000,P,1162).

وبناء على الأعراض الأساسية السابقة لاضطراب النشاط الزائد ، فإن هناك ثلاثة أنـواع فرعيـة لهذا الإضطراب وذلك بناء على الطبعة الرابعة للدليل التشخيصي و الإحصائي الرابع DSM-IV وهي:

1: اضطراب ضعف الإنتباه و النشاط الزائد بزيادة في ضعف الإنتباه.

2: اضطراب ضعف الإنتباه و النشاط الزائد بزيادة النشاط الزائد و الإندفاعية.

3: اضطراب ضعف الإنتباه و النشاط الزائد و هو الذي يربط بين الأنواع الثلاثة الأبعاد الثلاثة (ضعف الإنتباه – فرط الحركة – الإندفاعية) (الزارع ، 2007 ، 17).

نخلص من العرض السابق أن النشاط الزائد له ثلاثة أبعاد :

1 . **الحركة المفرطة** و هي : نشاط حركي زائد عن الحد الطبيعي بالمقارنة مع الطفل العادي ممن هو في نفس العمر و الجنس.

2 . **الإندفـاعية** و هي : التهور و التصرف بسرعة من غير تفكير و عدم القدرة على ضبط النفس مما يؤدي إلى الوقوع في الخطأ والمشاكل.

3 . **ضعف الإنتبـاه** و هو : قصر مدى الإنتباه و مدته وحدته و سرعة التأثر بالمثيرات الخارجية.

و لكل بعد من هذه الأبعاد مجموعة من المظاهر و الأعراض التي تم تحديدها ووضعها من خلال الدليـل التشخيصي و الإحصائي الرابـع للإضطرابـات العقلية ، و التي إذا مـا توافرت و تحققت لدى الطفل فإنه يمكن الحكم عليه بأنه يعاني من اضطراب النشاط الزائد ، و قد قامت الباحثة بتضمين هذه الأبعاد الثلاث في المقياس الذي تم اعداده للتعرف على أطفال النشاط الزائد.

تشخيص اضطراب النشاط الزائد:

من المهم أن نفهم أن اضطراب النشاط الزائد هو اضطراب حقيقي ، و تركه بدون تشخيص و علاج يمكن أن يؤدي إلى عواقب وخيمة ، لذلك يعتبر تشخيص الأطفال الذين يعانون من النشاط الزائد خطوة هامة و ضرورية قبل اتخاذ القرارات التي تتعلق بتقديم الخدمات و استخدام الأسلوب العلاجي الملائم للطفل ، ففي العادة يستخدم أسلوب التقييم المتعدد عند تشخيص الأطفال الذين يعانون من هذا الإضطراب ، فبالإضافة إلى محكات الدليل التشخيصي و الإحصائي الرابع للاضطرابات العقلية الخاصة بتشخيص اضطراب النشاط الزائد

، و مقابلة الوالدين و المعلمين و الطفل نفسه تستخدم مقاييس تقدير سلوك الطفل للمعلمين و الآباء (الرويتع ، 2002 ؛ Dodson,2008,p.74).

و يعتمد التشخيص الأولي لاضطراب النشاط الزائد على ثلاثة مصادر رئيسية هي المعلومات التي يتم الحصول عليها من أولياء الأمور و السجلات الطبية و النفسية التي تحتوي على تاريخ نمو الطفل العضوي و النفسي و الملاحظات التي يتم تسجيلها عن الخصائص السلوكية للطفل (الببلاوي ، إيهاب و عبدالحميد ، أشرف و سليمان ، عبدالرحمن ، 2007).

و حالة اضطراب النشاط الزائد حالة سلوكية و تشخيصها يعتمد على الملاحظة المستمرة لسلوكيات الطفل خلال حياته اليومية في المنزل و الشارع و المدرسة ، بالتالي فإن التشخيص و العلاج يعتمد على مجموعة من الأشخاص الذين يقومون برعاية الطفل و هم الطبيب النفسي و طبيب الأطفال و والدي الطفل و المعلم أو المرشد الطلابي (مجيد ، 2008).

و من أهم الطرق المستخدمة في تشخيص اضطراب النشاط الزائد:

1 . **مقاييس تقدير السلوك:** تستخدم هذه المقاييس من قبل الآباء و المعلمين لأنهم الأكثر قدرة على ملاحظة سلوك الطفل لأنهم يقضون معه وقتا طويلا ، و من أهم المقاييس المستخدمة لهذا الغرض مقياس كونرز الذي يعتبر من أهم الأدوات التي تقيس الاضطرابات السلوكية لدى أطفال المرحلة الإبتدائية داخل المدرسة و ذلك من وجهة نظر المعلم ، و يتكون المقياس من 39 عبارة موزعة على خمسة مقاييس فرعية هي : ضعف الإنتباه ، فرط النشاط الحركي ، الإجتماعية ، العدوانية ، القلق (بدر ،2001).

و يستخدم أيضا مقياس سبادافورد لتقدير قصور الإنتباه والحركة المفرطة للأعمار من (5-9) سنوات (Atkins & Pelham,1999).

2 . **المقاييس النفسية العصبية** : التي تتأثر بالوظائف المعرفية التنفيذية منها: اختبار إعادة الأرقام ، و رموز الأرقام ، و اختبار الذاكرة البصرية ، و اختبار ويسكانسون لتصنيف البطاقات

، و اختبار الكلمات الملونة لستروب ، و اختبار التتبع و اختبار الأداء المتواصل (الرويتع ، 2002 ؛ سيسالم ، 2006).

3 . بالإضافة إلى استخدام مقاييس التحصيل التربوية و صعوبات التعلم و مراجعة السجلات المدرسية (Temple & Klinge,2000).

4 . الملاحظة والمقابلة : يمكن استخدام أسلوب الملاحظة كوسيلة تشخيصية بالإعتماد على ترشيحات المعلمين و الوالدين ، حيث أن لها أهمية خاصة في تحديد الأطفال ذوي النشاط الزائد نظرا لتوافر الفرصة أمام المعلمين و الآباء ليلاحظوا سلوك هؤلاء الأطفال ، كما يمكن أن يتم تشخيص النشاط الزائد من خلال الإستعانة بالمقابلة مع المعلمين و الآباء أو حتى مع الطفل نفسه ، إذ تهدف المقابلة إلى الحصول على بعض المعلومات التي تساعد على فهم كيف تطورت حالة الطفل و كيف يتعامل مع المحيطين به ، كما يمكن من خلال المقابلة إعطاء الطفل بعض المهام و استكشاف سلوكه أثناء أداء هذه المهام (القاضي ، 2011).

و توصلت صافيناز (2008) في دراستها أنه قد تواجه القائمين على عملية التشخيص لاضطراب النشاط الزائد مشكلة حقيقية حيث لا يسهل تطبيق الإختبارات على الأطفال الذين يعانون من هذا الإضطراب و بالتالي لابد من اللجوء على اختبارات التقييم التي يتم توجيهها للقائمين على رعاية هؤلاء الأطفال و التعامل معهم كالوالدين و المعلمين ، كما توصلت هذه الدراسة أيضا إلى تنوع أدوات التشخيص و المحكات المستخدمة للتعرف على ذوي النشاط الزائد وصنفتها إلى أدوات تشخيصية أساسية مثل : مقياس النشاط الزائد من وجهة نظر المعلمين و الوالدين ، قائمة كونرز ، قائمة ملاحظة سلوك الطفل .

و أدوات تشخيص مساعدة منها : مقياس ستانفورد بينيه ، مقياس وكسلر ، اختبار الذكاء المصور ، مقياس المستوى الإجتماعي والإقتصادي.

فطرق تشخيص النشاط الزائد عديدة ، و أفضلها من وجهة نظر الباحثة هي مقاييس التقدير التي تستخدم من قبل المعلم والوالدين لانهما أكثر الأشخاص احتكاكا بالطفل ، فالمعلم

من خلال لقاءاته اليومية مع الطالب داخل غرفة الصف يكون قد لاحظ سلوكيات طفل النشاط الزائد ، و كذلك الأم في البيت تلاحظ سلوكيات ابنها.

كما أن العديد من الدراسات استخدمت في دراستها مقاييس التقدير لتشخيص النشاط الزائد كدراسة دبيس والسمادوني (1998) و دراسة السعدي (2003) ودراسة كارلا (Karla,2009).

الاضطرابات المصاحبة لاضطراب النشاط الزائد:

تضاربت الآراء بين العلماء حول طبيعة اضطراب النشاط الزائد ، حيث رأى البعض على أنه اضطراب له أعراضه و أسبابه الخاصة و لا تتداخل أعراضه مع الإضطرابات الأخرى ، و يرى البعض الآخر على أن أعراض النشاط الزائد تتداخل مع العديد من الإضطرابات النفسية و السلوكية التي تتشابه في بعض أعراضها مع أعراض النشاط الزائد ، و هذا يحتاج إلى تشخيص دقيق يعتمد على استخدام العديد من المحكات التشخيصية مثل : ملاحظات المعلم و الوالدين لسلوك الطفل في مواقف مختلفة ، أو حتى مقابلتهم ، و المحكات التشخيصية الواردة في الدليل التشخيصي و الإحصائي للإضطرابات النفسية ، ومن الاضطرابات التي تتشابه مع اضطراب النشاط الزائد:

1 . اضطراب السلوك او التصرف (Conduct Disorder) : يتميز هذا الاضطـراب بنمط متكـرر و مستمر من السلوك العدواني و غير الإجتماعي الذي يكون أكثر حدة من ازعاج الأطفـال الإعتيادي ، حيث نجد أن كثيرا من الأطفال الذين يعانون من اضطراب السلوك لديهم مشاكل تعليمية في القراءة و الكتابة وهي مشاكل تتشابه مع المشاكل الناتجة عن اضطراب النشاط الزائد وبالتالي قد ينجم عنه خطأ في التشخيص ، و لكن من الأهمية بمكان أن نأخذ في الاعتبار أن هناك مجموعة فرعية من الأطفال الذين يعانون من النشاط الزائد و لديهم اضطراب في السلوك ، فغالبا ما يبدأ اضطراب السلوك مع بداية مرحلة المراهقة و يؤدي إلى نتائج غير محببة طويلة الأجل ، فاضطراب النشاط الزائد إذا لم تتم معالجته في مرحلة الطفولة فإنه قد يتطور إلى اضطراب السلوك مع بدايات مرحلة المراهقة (Alison & Jon,1999,p.45).

و من أهم المظاهر السلوكية لاضطراب السلوك : العدوان على الناس و الحيوانات بشدة ، و تحطيم الممتلكات العامة ، و السرقة واقتحام المنازل (National Institute of Mental Health,2003,p.,16).

و نخلص مما سبق أنه مهما تشابهت المشاكل و السلبيات التي تنتج عن كلا الاضطرابين إلا أنه يمكن التمييز بينهما فاضطراب النشاط الزائد يبدأ في مرحلة الطفولة بينما اضطراب السلوك يبدأ مع بداية سن المراهقة ، كما أن لكل منهما أعراض و مظاهر تم تحديدها بدقة في الدليل التشخيصي و الإحصائي ، و يمكن ايجاد علاقة بينهما فالنشاط الزائد إذا لم تتم معالجته في مرحلة الطفولة فإنه يتطور إلى اضطراب السلوك في مرحلة المراهقة غالبا.

2 . اضطراب المعارضة و التحدي (Oppositional Defiant Disorder) : و من أهم الخصائص التي يتصف بها الأفراد الذين يعانون من هذا الإضطراب : السلبية و التحدي و العداء للسلطة و السلوك العدواني و السلوك الموجه ضد المجتمع (National Institute of mental Health,2003,p.16).

ومن أهم أعراضه بحسب ما ورد في الدليل التشخيصي و الإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية أنه كثيرا ما يفقد أعصابه و كثيرا ما يجادل الكبار و كثيرا ما يتحدى أو يرفض الإنصياع لأوامر الكبار و كثيرا ما يتعمد مضايقة الآخرين ، غالبا حقود محب للانتقام وغالبا غاضب و متبرم كما أنه كثيرا ما يلقي على الآخرين بتبعة أخطائه وسوء تصرفاته (السماك و مصطفى ، 2001) .

و من خلال هذه الأعراض نجد أن التشابه القائم بين هذا الإضطراب و اضطراب النشاط الزائد بصفة عامة هو العناد و رفض اتباع التعليمات ، و لكن لتشخيص الطفل بأنه مصاب بالنشاط الزائد لابد من توافر أعراض ومظاهر أخرى تضاف إلى العناد و رفض اتباع التعليمات ، ألا و هي الحركة المفرطة و ضعف الإنتباه والإندفاعية.

3. صعوبات التعلم (Learning Disabilities) :

قد يعاني الأطفال المصابين باضطراب النشاط الزائد من صعوبات في القراءة و الحفظ لأنهم يعانون من اضطراب في اللغة ، كما يعانون من اضطـراب في الحديث و عـدم تسلسل في الأفكـار ، و عدم القدرة على التعبير عن أنفسهم بطريقة صحيحة ، كذلك يعانون من كثرة الشرود الذهني التي تجعله غير متابع للمعلومات و كثرة أخطائه ، و كثرة الأخطاء اللغوية أثناء الكتابة ، و هذه كلها مسببات للتأخر الدراسي (العندس ، 2004).

فالطفـل ذو النشـاط الزائد بسبب كثرة حركتـه ، و انشغـاله عن شرح المعلم بنفسـه و بحركاته ، و بسبب سرعة تشتت انتباهه لأي مثير خارجي قد يصاب بصعوبات التعلم و بالتالي تدني مستواه التحصيلي ، أي أن بعض الأطفال يكون لديهم نشاط زائد و صعوبات تعلم في الوقت نفسه لكن المشكلة تكمن في معرفة من منهما كان سببا في حدوث الآخر ، هل الطفل بسبب افراطه في الحركة و تشتت انتباهه أصبحت لديه صعوبات تعليمية ، أم أن الطفل لأنه يعاني من صعوبات تعليمية و يكون في موقف محرج أمام زملائه فيحاول تفادي هذا الموقف عن طريق إزعاج الآخرين أو الميل إلى الهزل أو إعطاء إجابات ظريفة ، فالمشكلات الدراسية وما يتبعها من مظاهر سلوكية من أبرز التداخل بين صعوبات التعلم و اضطراب النشاط الزائد ، و تبقى المحكات التشخيصية و المظاهر التي حددت بدقة لكل اضطراب في الدليل التشخيصي والإحصائي هي المعين على التفريق بينهما.

علاج النشاط الزائد:

تعددت طرق و وسائل علاج النشاط الزائد تبعا للأسباب المؤدية إليه ، فالأطباء وصفوا العقاقير الطبية للطفل زائد النشاط لقناعتهم أن سبب هذه المشكلة عضوي يعود إلى وجود تلف في المخ ، أما بعض الأطباء فنصحوا باتباع نظام غذائي معين لاكتشافهم أن بعض الأنواع من الأغذية تسبب النشاط الزائد كالمواد السكرية و الألوان الإصطناعية ، أما علماء النفس فلجأوا للعلاج السلوكي بغض النظر عن سبب النشاط الزائد سواء كان عضوي أو بيئي أو نفسي أو اجتماعي

لأن النشاط الزائد أصبح مشكلة سلوكية لها أعراض ظاهرة على سلوك الطفل ، والعلاج السلوكي يهدف إلى معالجة هذه الأعراض (محمد شولي ، 2004).

ومن أهم أساليب علاج النشاط الزائد:

1. العلاج الطبي.
2. العلاج السلوكي (أسلوب تعديل السلوك).
3. العلاج المعرفي السلوكي (تعديل السلوك المعرفي).
4. العلاج بالغذاء (الحمية الغذائية).
5. العلاج النفسي.

أولا : العلاج الطبي:

يعتبر العلاج الطبي من أقدم الطرق التي استخدمت في علاج النشاط الزائد ، على افتراض أنه ينشأ نتيجة لوجود خلل في المخ ، و يتمثل هذا العلاج في إعطاء الطفل ذو النشاط الزائد بعض العقاقير المهدئة للحد من نشاطه الحركي المفرط و هو إيقاف مؤقت لحركة الطفل و يقلل من الحركة الزائدة و العدوانية و يزيد فترة الإنتباه ، كذلك تقل أخطاء الطفل و يصبح أكثر قدرة على الإنصات (إبراهيم،1999 ؛ دبيس والسمادوني ، 1998؛ Alison & Jon,1999,p.86).

و قد أثبتت بعض العقاقير الطبية فاعليتها في التقليل من حركة الطفل الزائدة و تحسين مستوى الإنتباه لديه ، كما أنها قللت من شرود الذهن و الإندفاعية ، و العدوانية لديه (Gadow 1995) .

و على الرغم من فوائد العقاقير الطبية المستخدمة لعلاج مشكلة النشاط الزائد إلا أن لها آثارا جانبية على الطفل مثل : الأرق ، الخمول ، الميل للنوم ، فقدان الشهية للطعام ، الصداع ، آلام البطن ، الرعشة ، تقلب المزاج ، ظهور اللوازم العصبية لدى بعض الأطفال حيث أن هذه العقاقير تزيد من تقلص العضلات لدى الطفل مما يجعلها تتحرك بطريقة لا إرادية ، فيجب في

هذه الحالة الوقف الفوري لاستخدام العقاقير الطبية واستبدالها بأخرى لا تؤدي إلى تقلص العضلات (أحمد و بدر ، 1999).

و قد أجريت عدة أبحاث و دراسات للتأكد من مدى جدوى العقاقير الطبية في علاج النشــاط الزائـــد لدى الأطفال منها مجموعة أجراها كل من دين هوتر و كاترين هوتر ((Houtter, D & Houtter,K) حيث تم تتبع عدد من الأطفال الذين يستخدمون الأدوية للتخلص من النشاط الزائد لفترة طويلة ، و كشفت النتائج عدم فاعلية هذه الادوية في خفض مستوى النشاط الزائد لدى الأطفال ، وظلت أعراضه في سلوك الأطفال بعد انتهاء مدة العلاج بفترة من التتبع (إبراهيم ، 1999 ، 55).

إلا أن دراسة أجراها لوسابيو (Losapio,2010) أشارت في نتائجها إلى أن معظم الآباء يفضلون العلاج بالأدوية خاصة الآباء الذين لديهم أطفال اجتمعت فيهم أبعاد النشاط الزائد الثلاث (فرط الحركة – الإندفاعية – تشتت الإنتباه).

ثانيا : العلاج السلوكي (أساليب تعديل السلوك):

لم يثبت جدوى العلاج الطبي في معالجة النشاط الزائد و هذا دليل واضح على أن العوامل الإجتماعية و النفسية المحيطة بالطفل هي الأهم في إصابته بالنشاط الزائد ، فأعراض النشاط الزائد ما هي إلا عادات و مظاهر سلوكية يمارسها الطفل بحكم الظروف الإجتماعية المحيطة به ، لذلك كان العلاج السلوكي هو الأنسب لأنه يقوم على فكرة أن السلوك هو محصلة الظروف البيئية في تفاعلها مع الفرد ، فيرى السلوكيون أن اجراءات تعديل السلوك هي الأفضل لعلاج ظاهرة النشاط الزائد (محمد شولي ، 2004).

ويقصد مليكة (1990 ، 12) ب تعديل السلوك أنه "تعلم محدد البنيان يتعلم فيه الفرد مهارات جديدة و سلوكا جديدا ، و يقلل من الإستجابات و العادات غير المرغوبة ، و تزداد فيه دافعية العميل للتغيير المرغوب".

و العلاج السلوكي ببساطة هو شكل من أشكال العلاج يهدف إلى تحقيق تغيرات في سلوك الفرد تجعل حياته و حياة المحيطين به أكثر إيجابية و فاعلية ، و الشائع الآن بين

المعالجين السلوكيين هو عدم الإقتصار على ربط العلاج السلوكي بنظريات التعلم وحدها بل أن تمتد للجوانب الأخرى من التقدم العلمي في نظريات الشخصية و النظريات السلوكية و المعرفية و الإجتماعية في علم النفس (الدخيل ، عبدالعزيز و إبراهيم ، عبدالستار و إبراهيم ، رضوان ، 1993، 31).

و تعديل السلوك ينطلق من مسلمات النظرية السلوكية و التي يعتمد عليها العلاج السلوكي ، و من أهم هذه المسلمات:

1 . أن السلوك غير المرغوب مكتسب بفعل أخطاء في عملية التعلم ، و من ثم يمكن تغيير هذا السلوك عن طريق إعادة التعلم.

2. أن تشخيص المشكلة السلوكية يتم برصد استجابات الفرد ، كما يلاحظها الآخرون في الواقع.

3 . أن علاج العرض يؤدي إلى علاج المرض ، و أن العلاج الفعال هو الذي يعمل على التخلص من الأعراض بنجاح (إبراهيم ، 1999 ، 62-61).

و تلاقي أساليب تعديل السلوك شعبية بين أوساط المعلمين لمعالجة أعراض النشاط الزائد ، ففي مسح قام به ريد و ماج و فاسا و رايت (Reid , Maag , Vasa , Wright , 1994) و جدوا بأن 72% من المعلمين صرحوا بأنهم يستخدمون بعض أساليب تعديل السلوك مع طلابهم الذين صنفوا بأنهم يعانون من أعراض النشاط الزائد .

و من أهم أساليب تعديل السلوك : التعزيز ، العقاب ، تكلفة الإستجابة ، لعب الدور ، اللعب ، النمذجة ، الإقصاء .

و فيما يلي عرض موجز لأهم تلك الأساليب:

أولا: التعزيز Reinforcement :

و التعزيز هو "أي فعل أو حدث يؤدي إلى زيادة احتمال حدوث استجابة معينة أو تكرارها أو هو تقوية السلوك من خلال إضافة مثيرات ايجابية أو إزالة مثيرات منفرة" (حسين ، 2008 ، 200).

و للتعزيز عدة أنواع من أهما : التعزيز الإيجابي ، التعزيز السلبي .

1 . التعزيز الإيجابي :

هو "أي فعل أو حادثة يرتبط تقديمها للفـرد بزيــادة في السلـوك المرغـوب فيه مثل المكــافــأة و كلمات المديح و الثناء " (الدخيل و آخرون ، 1993 ، 72).

و مثال ذلك : لو جلس الطفل على مقعده الدراسي مدة 5 دقائق متواصلة فسوف يحصل على حلوى او سيخرج ليلعب مع زملائه في حصة الرياضة.

و من أنواع التعزيز الإيجابي:

***المعززات الغذائية** : و يقصد بها مختلف أنواع الطعام و الشراب التي يفضلها الفرد ، و لكن يعاب على هذا النوع من التعزيز بأنه يفقد قيمته لأن الفرد يحصل على كمية كبيرة منه فيحصل معه نوع من التشبع (المحادين و النوايسة ، 2009)

***المعززات الإجتماعية** : و قد تكون هذه المعززات لفظية ككلمات المديح و الثناء " أحسنت ، أنت بطل ، ممتاز " أو قد تكون غير لفظية مثل الإبتسامة أو إبداء الإعجاب بسلوك الفرد من خلال إيماء الرأس أو التصفيق أو تربيت اليد على كتف الفرد (الخواجا ، 2002)

***المعززات النشاطية** : و يقصد بها الأنشطة المحببة لدى الفرد كالخروج في رحلة مع الزملاء أو ممارسة الألعاب الرياضية في حصة الرياضة مع أصدقائه أو قراءة قصة معينة أو مشاهدة برنامج تلفزيوني محبب لديه ، إذ يتم تقديمها بعد قيام الفرد بالسلوك المرغوب فيه .

***المعززات المادية** : و يتمثل هذا النوع من التعزيز في الأشياء المحببة و التي يرغب الفرد في الحصول عليها كالألعاب ، أقلام تلوين ، أشرطة ... ، و لكن قد يكون هذه النوع من التعزيز مكلف نسبيا إذ يصعب تقديمها لمجموعة كبيرة من الأطفال (المحادين و النوايسة ، 2009).

***المعززات الرمزية** : هي أشياء مادية يمكن توفيرها مباشرة بعد حدوث السلوك من أجل استبدالها في وقت لاحق بمعززات مختلفة و من الرموز التقليدية المستخدمة في برامج تعديل السلوك الكوبونات و الطوابع و النجوم و قصاصات الورق و قطع بلاستيكية ذات ألوان مختلفة (الفيش) (الخطيب ، 2003).

و قد أكدت دراسة السعدي (2003) إلى فاعلية أسلوب التعزيز الرمزي في خفض حدة أعراض النشاط الزائد.

و قد أطلق على المعززات الرمزية المعززات ذات الأثر الرجعي كونها معززات متعلمة و ذات قيمة في الحياة اليومية لقوتها و فعاليتها التي تدفع إلى المزيد من تكرار السلوك (الروسان ، 2000).

و لقد حدد روسن (Rosen,1990,p.585) الخطوات التي تتبع باستخدام التعزيز الرمزي بالإجراءات التالية :

1. تحديد السلوك الذي يجب علاجه ، وتحديد السلوك البديل من خلال ملاحظة المعلمين.
2. اختيار طريقة مناسبة لوضع الفيش التي يحصل عليها الطفل كوضعها على المقعد.
3. تحديد المعززات التي يرغبها الطفل من خلال عرض قائمة بالمعززات و السماح للطفل باختيار الجوائز التي يرغبها .
4. توضيح التعليمات التي تتضمن السلوكيات المرغوبة و السلوكيات البديلة و نظام صرف الفيش و استبدالها بالجوائز و نظام المخالفات.
5. تغيير نظام صرف الفيش حسب مراحل تطبيق البرنامج ، بحيث يتم تكثيف صرف الفيش و الجوائز في بداية البرنامج ثم تخفيفها كلما تقدم البرنامج و الإنتقال من الجوائز المادية إلى الجوائز المعنوية والنشاطات.

و المعززات الإيجابية أيا كان نوعها فهي ذات قيمة في تعديل السلوك في كل الفئات العمرية و للجنسين ، و حتى يستفاد من هذه المعززات و تحقق الأهداف المرجوة لابد من مراعاة عدة عوامل منها توقيت تقديم المعززات فكلما قدمت المعززات الإيجابية بعد حدوث السلوك مباشرة كان ذلك أفضل ، و كذلك كمية أو حجم المعززات إذ لابد أن تكون عدد و حجم المعززات المقدمة للفرد تتناسب مع السلوك المرغوب فيه الذي قام به ، كما يجب مراعاة نوعية المعززات فيجب أن تتناسب نوعية المعززات تبعا لعدد من المتغيرات كالعمر و الجنس ، فالمعززات التي تقدم لطفل في الرابعة تختلف عن تلك التي تقدم لطفل في الثامنة ، كذلك ما يقدم للذكور من معززات يختلف عما يقدم للإناث ، و كذلك جدولة المعززات و يقصد به تنظيم المعززات الإيجابية وفق جداول تسمى جداول التعزيز ، حيث أثبتت فاعليتها في إحداث التغير المطلوب في سلوك الفرد (الروسان ، 2000).

2 . التعزيز السلبي:

إزالة شيء غير مرغوب فيه من بيئة الطفل مما يدفعه إلى تكرار السلوك المرغوب فيه ، فمثلا قد يهدد المعلم الطالب بأنه سوف يلزمه بكتابة فقرة (لن ألعب في الصف) 1000 مرة في حالة أنه لم يتوقف عن اللعب ، و هنا يكون كتابة الفقرة شيء غير مرغوب فيه ، و عدم اللعب في الصف هو السلوك الذي يجب أن يتكرر (العبادي ، 2006 ، 91).

ثانيا: العقاب:

قد يتضمن العقاب إضافة مثير أو حدث مؤلم و منفر للفرد بعد ظهور السلوك غير المرغوب فيه بهدف تقليله ، مثل : الضرب ، الصراخ في الوجه ، الزجر و يسمى هذا النوع من العقاب "العقاب الإيجابي".

و قد يتضمن العقاب إزالة مثير أو حدث سار بالنسبة للفرد بعد ظهور السلوك غير المرغوب فيه بهدف تقليله ، مثل : حرمان الطفل من مشاهدة برنامجه التلفزيوني المفضل ، أو حرمانه من زملائه في رحلة مدرسية أو إنقاص درجاته ويسمى هذا النوع من العقاب "العقاب السلبي".

و للعقاب أنواع عدة ، منها :

* **الإقصاء (الإبعاد المؤقت):** و هو شكل من أشكال العقاب و فيه يتم حرمان الطفل من المثيرات المحببة له أو عزله تماما عن البيئة المثيرة و المعززة له للاستمرار في سلوكه ، و يجب الإنتباه إلى أن يتم نقل الطفل من البيئة الأكثر إثارة إلى الأقل إثارة ، فمثلا : قد يعاقب المعلم الطالب الذي مل من الحصة و يتحدث مع زملائه بطرده من الصف و هنا يكون المعلم قد نقل الطالب من البيئة الأقل إثارة (الصف) إلى البيئة الأكثر إثارة (خارج الصف) و هنا يكون الإقصاء أو الإبعاد المؤقت قد فقد قيمته (العبادي ، 2006).

* **تكلفة الإستجابة:** هي شكل من أشكال العقاب حيث تحدث خسارة لمقدار معين من التعزيز و الذي يتوقف على أداء سلوك غير ملائم و يؤدي إلى تناقص احتمالية حدوث السلوك في المستقبل (أبو حماد ، 2008).

ويستخدم هذا الإجراء كالتالي : يكون لدى الفرد كمية من المعززات نتيجة قيامه بالسلوك المرغوب فيه ، و كلما قام بالسلوك المرغوب فيه يعزز و يحصل على كمية أكبر من المعززات إلا أنه يفقد جزءا معينا منها كلما أدى سلوكات غير مقبولة و غير مرغوب بها (الداهري ، 2005).

مثل: الحرمان من اللعب أو من مشاهدة التلفاز.

ثالثا: اللعب:

يعرف عواد (2000) اللعب بأنه : " نشاط حركي ذهني فردي أو جمعي موجه أو غير موجه ، الدافع إليه الإستمتاع و له هدف خاص و مردود نفسي أو معرفي و يرتبط بارتباطات داخلية تساعد اللاعب على التحمل و توفر له الخفة والسرعة ، و هو مطلب من مطالب النمو ، و جميع الأطفال يلعبون ، و اللعب يكون بأدوات أو بغير أدوات".

و يعتبر اللعب – كنشاط – من أهم الروافد المهمة التي تتسرب بواسطتها أنواع المعرفة المختلفة إلى الطفل ، ومن خلال هذا النشاط يتمكن الطفل من اكتشاف الكثير عن نفسه و عن

محيطـه و عـالمه ، و بواسطته يتعلم كيفية السيطرة على بيئته و تسخيرها في تحقيق أهدافه و غاياته ، فاللعب يساعد الطفل على تنمية سلوكه و شخصيته بأبعادها المختلفة (قاسم و الصراف ، 1990 ، 41−40).

كما يسهم اللعب بصورة فعالة في النمو الإجتماعي عند الأطفال ، حيث يتشاورون و يتبادلون الآراء و يوزعون العمل و ينظمون الأنشطة مما يؤدي إلى زيادة التفاعل الإجتماعي و سلوك المبادرة و إكساب الطفل سلوكيات مطابقة لرغبات المجتمع و خفض المشكلات السلوكية ، و إعطاء الطفل صورة واقعية عن ذاته من الناحية الجسدية و العقلية و الإجتماعية ، و يجعله أكثر تعاونا وبعدا عن الأنانية (Leipold & Bandy,2000,p.66).

و يمكن النظر إلى أسلوب العلاج باللعب على أنه مجموعة من الإتجاهات يستطيع الأطفال من خلالها و عن طريقها أن يشعروا بالحريـة الكاملـة في التعبيـر عـن أنفسـهم بصـورة كافيـة و بطرقـهم و أساليبهم الخاصة بهم كأطفال ، حتـى يتمكنـوا في نهـايـة الأمـر مـن أن يحققوا إحسـاسهم بالأمن و الكفاية و الجدارة من خلال الإستبصار الإنفعالي (موستاكس ، 1990 ، 23).

رابعا : لعب الدور:

يمثل لعب الأدوار منهجا من مناهج التعلم الإجتماعي ، يدرب بمقتضاه الطفل على تمثيل جوانب من المهارات الإجتماعية حتى يتقنها ، و بمقتضى هذا الأسلوب يطلب من الطفل أن يؤدي الدور و نقيضه ، و تدلل تقارير البحوث على فاعلية هذا الأسلوب بأنه بالفعل يمثل طريقة ناجحة و فعالة في التدريب على أداء كثير من المهارات الإجتماعية (الدخيل و آخرون ، 1993).

خامسا : النمذجة (التعلم بالنموذج):

يستند هذا الأسلوب على نظرية التعلم الإجتماعي التي تقرر أن الفرد يتعلم السلوك من خلال الملاحظـة ، و هــو مـن الأسـاليب الهامــة التي يعتمد عليـها العـلاج السلـوكي في

تعـديل السلـوك ، والمقصود به " تقديم نماذج توضيحية للسلوك المرغوب فيه بطريقة صحيحة ، و يتم جذب انتباه الطفل لمتابعة الأداء ، ليحتذيه بعد ذلك في سلوكياته" ، و هناك أنواع مختلفة من النماذج التي تستخدم في العلاج السلوكي هي : النموذج الحسي (النمذجـة الحيـة) ، النمـوذج الرمـزي (النمذجة المصورة) ، النموذج المشارك ، و لنجاح أسلوب النمذجة في العلاج السلوكي ، يجب توافر شروط منها أن يتم جذب انتباه الطفل قبل عرض النموذج و أثناءه خطوة بخطوة ، كما يجب أن يبدأ عرض النموذج بالخطوات السهلة البسيطة ، ثم يبدأ عرض النموذج بإثارة الدافع عند الطفل للإهتمام و أن يستمر جذب انتباهه خلال العرض ، و على المعالج أن يقلل من صيغة الأمر و النصح ، و أن يتم عرض النموذج المطلوب من خلال مواقف حقيقية تدخل في دائرة اهتمام الطفل و من حياته الواقعية اليومية سواء في المدرسة أو المنزل (إبراهيم ، 1999 ؛ بطرس ، 2007).

ثالثا : العلاج السلوكي المعرفي (تعديل السلوك المعرفي) :

إن الفرضية الأساسية التي تقوم عليها النظرية السلوكية المعرفية هي أن الناس هم أنفسهم الذين يوجدون المشكـلات كنتيجة للطريقـة التي يفسرون بهـا الأحداث و المواقف التي تواجههم لذلك تقوم أساليب تعديل السلوك المعرفي بعملية إعادة للتنظيم المعرفي للفرد بما يتيح عنه إعادة للتنظيم السلوكي (الرشيدي والسهل ، 2000).

و يشير مفهوم تعديل السلوك المعرفي إلى الآليات التي صممت و بشكل خاص لتزويد أولئك الأفراد بالوسائـل الضروريـة للضبط الذاتي لسلوكـهم مثل : النمذجة ، التعزيـز الذاتي ، مراقبة الذات ، التقييم الذاتي ، مهارات حل المشكـلات و التعليمات الذاتية (Miranda et al,2002,p.549 ; Cathleen & Dupaul,1996,p.91).

و يقوم مجال تعديل السلوك المعرفي على أن سلوكيات الإنسان يمكن تعديلها عن طريق تعليمهم التفكير بطريقة مخالفة و على ملاحظة سلوكهم بأنفسهم ، و إمكانية إكسابهم مهارات الضبط الذاتي و القـدرة على تغييـر و تعـديل سلـوكهم بصـورة أكثـر فاعلية (دبيس و السمادوني ، 1998).

و من أهم أساليب تعديل السلوك المعرفي :

1 . مراقبة الذات:

هي "تقنية يراقب الأفراد بواسطتها سلوكهم من أجل زيادة قدرتهم على تنظيم سلوكهم ، فالمراقبة الذاتية تجمع بين تقييم الذات و التسجيل الذاتي" (قزاقزة ، 2005 ، 34).

ويمكن استخدام أسلوب مراقبة الذات بطريقتين ، هما:

مراقبة الذات للانتباه: و تتضمن هذه الطريقة تدريب الفرد على التقييم الذاتي فيما إذا كان منتبها أو لا ، و تسجيل النتائج ذاتيا عند سماع إشارة معينة ، حيث يدرب الفرد على الإصغاء جيدا للإشارة (كنغمة معينة) مثلا ، و في حال سماع الطالب للنغمة يسأل نفسه : هل أنا منتبه؟ و من ثم يضع إشارة معينة تحت العمود (نعم / لا) .

مراقبة الذات للأداء الأكاديمي: حيث يدرب الفرد على سؤال نفسه أسئلة تتعلق بالأداء الأكاديمي مثل : عدد الأعمال أو المسائل الأكاديمية التي أنجزها حيث يجمع عددها عند سماع النغمة الأولى و من ثم يعود للعمل و ينتظر النغمة التي تليها و هكذا حتى تنتهي جميع النغمات المخصصة في الجلسة الواحدة (قزاقزة ، 2005).

و بشكل عام يذكر ريد (Reid,1999,p.10) أن نتائج العديد من الدراسات أظهرت فاعلية هذا الأسلوب مع الطلبة ذوي النشاط الزائد ، حيث يزيد من الوقت الذي يقضيه الطالب في أداء الأعمال و السلوك داخل المهمة ، و يحسن الأداء الأكاديمي و يقلل من السلوك غير الملائم.

2. الضبط الذاتي:

يعتبر الضبط الذاتي أحد أشكال إعادة التنظيم المعرفي الذي يستهدف تدريب الطفل على تعديل أنماط التحدث للذات يؤدي بالتالي إلى تعديل السلوك ، و ينصب الإهتمام في التنظيم الذاتي على التحدث إلى الذات باعتباره العنصر الأساسي في توجيه السلوك ، و يعتبر ميكنبوم (Meichenbaum,1977) أول من طور هذا الأسلوب حيث تبين له أن التخلص من المشكلة

يعني التخلص من التحدث بطريقة انهزامية و سلبية واستبداله بالتحدث إلى الذات بطريقة ايجابية (دبيس و السمادوني ، 1998).

و ينظر (سكنر) إلى عملية الضبط الذاتي باعتبارها شكلا من أشكال تعديل السلوك الذي يحدث عن طريق تغيير العوامل التي جاء هذا السلوك نتيجة لها ، و الناس يضبطون أنفسهم لأن المجتمع يعزز ذلك فالقوانين الإجتماعية بما تحمله من ثواب و عقاب موجهة نحو تشكيل الضبط الذاتي للأفراد (الخواجا ، 2009 ، 35).

و قد طور أورجالس (Orjales,2007,p.22) خطوات برنامج الضبط الذاتي التي أرساها ميكنبوم بأن وضعها في ست خطوات يتم تدريب أطفال النشاط الزائد عليها لترديدها في غرفة الصف بشكل فردي أو في جماعات صغيرة ، وهي:

1 . أنظر و أقول كل ما أراه ، مثل أن يطلب من الطفل ايجاد الفروق بين صورتين.

2 . أحتاج إلى التأكد من أنني أفعل ما يجب أن أفعله (تحديد المشكلة) ، حيث يطلب من الطفل تحديد المطلوب من المهمة بدقة قبل أن يبدأ في تنفيذها.

3. كيف يمكنني أن أفعلها؟ (تحديد الإستراتيجية) ، هنا يتم تقديم عدد من المهام المتنوعة ، و على المعالج أن يختار الأنشطة التي يفهم الطفل أنه بالإمكان تنفيذها بطرق متنوعة للنشاط الواحد.

4 . أحتاج إلى تركيز انتباهي و أتأمل جميع الإجابات ، هنا يتم تدريب الطفل على تركيز الإنتباه و إدراك أهمية فحص الإجابات المحتملة للمهمة قبل اتخاذ القرار.

5 . يمكنني أن أفعلها (اختيار الإجابة و تقييم المهمة) ، و هنا يتم اختيار المهام التي يمكن للطفل أن يقيمها بنفسه عقب أدائها من خلال معايير محددة.

6 . تعزيز الذات و تقييم البدائل الممكنة لتصحيح الأخطاء ، و هنا يقيم الطفل أدائه و مدى تحقيقه للهدف.

3 . الإسترخاء:

يستخدم الإسترخاء في الطب و علم النفس الإكلينيكي منذ فترة طويلة على يد الطبيب النفسي جيكبسون الذي قرر أن استخدامه يؤدي فوائد علاجية ملموسة و يعرف بالمعنى العلمي بأنه " توقف كامل لكل الإنقباضات و التقلصات العضلية المصاحبة للتوتر" ، و استخدم هذا الإجراء مع الأطفال و أثبت فاعليته في ذلك ، فمن خلاله يتعلم الطفل كيف يقلل الشعور المنفر المرتبط بالإضطراب لديه و كيف يسترخي و يمارس التنفس العميق ، و يتعرف الطفل على الفرق بين العضلات المشدودة و المسترخية ، ثم إثارة الدافع لديه للتعامل مع المواقف المثيرة عن طريق مثيرا عدائيا ضده (بطرس ، 2007 ، 158).

و يستخدم الإسترخاء لأن العلماء الفسيولوجيون أثبتوا أن الناس يستجيبون للاضطرابات الإنفعالية بزيادة الأنشطة العضلية أو تغيرها ، حيث تؤدي هذه الأنشطة إلى توترات في الرقبة و المفاصل و كذلك عضلات المعدة و القفص الصدري ، كل هذه الإضطرابات تضعف التوافق و الكفاءة العقلية و التفكير السليم للشخص ولذلك لابد من ممارسة الإسترخاء للعودة للحالة الطبيعية (الداهري ، 2005 ، 513).

4 . الواجبات المنزلية:

لكي يتمكن الطفل من تعميم التغيرات الإيجابية التي يكون قد أنجزها خلال الجلسة الإرشادية ، و لكي تتم مساعدته على نقل تغييراته الجديدة إلى المواقف الحية ، و لكي تتم تقوية و دعم أفكاره أو معتقداته الجديدة ، يتم توجيهه و تشجيعه على تنفيذ بعض الأعمال الخارجية ، و تعد هذه الواجبات بطريقة خاصة بحيث تكون مرتبطة بالأهداف العلاجية ، و بشكل عام قد تكون الواجبات المنزلية معرفية أو سلوكية ، كما يحسن أن يتم انتقاء هذه الواجبات من موضوعات الجلسة العلاجية حتى تكون مناسبة لعلاج المشكلة (الدخيل و آخرون ، 1993 ، 114).

رابعا :العلاج بالغذاء (الحمية الغذائية):

أشارت العديد من الدراسات إلى ارتباط التغذية بمشكلات الحركة و الإنتباه ، و يمكن إجمالها بحسب ما ذكرها آتوود (Attwood,2000) في أن تسعة من عشرة أطفال من المصابين باضطراب الحركة و الانتباه يدمنون على طحين السكر المكرر في عمر الرابعة ، و أن واحد من عشرة أطفال يحصل على تغذية صحية كافية خلال الطفولة المبكرة ، كما أشارت الدراسات إلى أن التغذية الصحية تؤثر على درجة الذكاء بما يعادل 20 درجة ، كما أن الصبغات المضافة على الأطعمة تؤثر بشكل كبير على النشاط الزائد و بالتالي يجب تجنب تلك الأطعمة ، و إن الحمية الغذائية المعتمدة على الأطعمة النباتية تساعد كثيرا في تخفيض مشكلات الحركة و عدم الإنتباه ، كما أن الأغذية المتوازنة و القليلة السكر تؤدي إلى نتائج أفضل.

و على الرغم من أن كثيرا من الدراسات أشارت إلى عدم جدوى النظام الغذائي في السيطرة على النشاط المفرط إلا أن بعض الدراسات تشير إلى فعالية نظام الحمية الغذائي في علاج اضطراب فرط النشاط و الذي يعتمد على أن المضافات الغذائية في غذاء الطفل كالنكهات الصناعية و المواد الحافظة و الألوان و السكر هي التي تحفز النشاط لدى الطفل (Lerner,2003,p.227).

خامسا : العلاج النفسي:

يتم اللجوء عادة إلى العلاج النفسي في حال اضطرابات الحركة و الإنتباه التي يكون مصدرها أسبابا نفسية ضاغطة ، كالصراع و الإحباط و التوتر و الإضطرابات الأسرية كانفصال الوالدين أو وجود علاقات غير مرضية بين أفراد الأسرة ضغطا نفسيا لا يتحمله بعض الأطفال ، و قد ينعكس على سلوكهم و تفاعلهم الإجتماعي (الخشرمي ، 2002).

و قد يحتاج للعلاج النفسي كل من الطفل و الأسرة معا ، فهو يقدم للوالدين المعلومات التي يحتاجونها عن هذا النوع من الإضطراب ، و يوضح لهم الإضطرابات الإنفعالية المصاحبة له و المشاعر التي قد ينتاب أحد أو كلا الوالدين تجاه حالة الطفل مثل القلق ، الإحباط ، الإنكار أو الغضب ، كما يقدم لهم المساعدة عن كيفية التعامل مع الطفل و كيفية

مساعدته على التخلص من النشاط الزائد أو التخفيف من حدته ، و مساعدته على التكيف مع البيئة المحيطة و الإندماج في المجتمع ، و تكوين علاقات اجتماعية سوية (الجعافرة ، 2008).

كما يجب على الوالدين عدم استخدام أسلوب العقاب المتكرر و الذي يعتمد على الضرب أو التلفظ بكلمات بذيئة أو محاسبته على جميع تصرفاته الخاطئة لأن ذلك يؤدي إلى إصابته باليأس و الإحباط و يدمر نفسية الطفل ، بل يجب عليهم تقوية العلاقة مع طفلهم إذ ينصح بأن يقضي الوالدان وقتا أطول مع طفلهما (Alison & Jon,1999,p.106).

وسيعتمد البرنامج الإرشادي المعد في هذه الدراسة على العلاج السلوكي المتعدد المحاور بطريقة الإرشاد الجمعي و الذي يقوم على ربط العلاج السلوكي بنظريات التعلم و النظريات السلوكية و المعرفية و الإجتماعية فهو الأنسب لعلاج الاضطرابات السلوكية في مرحلة الطفولة إذ تجتمع في العلاج السلوكي مجموعة من الفنيات والأساليب التي أثبتت جدواها مع أطفال النشاط الزائد من خلال الدراسات و البحوث التي استخدمت هذه الفنيات و الأساليب ، و من الفنيات والأساليب التي ستعتمد عليها هذه الدراسة في البرنامج المعد ، ما يلي:

1 . الواجب البيتي:

يذكر حسين (2004) أن الواجبات المنزلية تقوم على فكرة تكليف العميل ببعض الواجبات المنزلية عقب كل جلسة ، فالمهارات التي تعلمها العميل داخل الجلسة لابد له من التدريب عليها في مواقف الحياة الواقعية ، و يتم ذلك في كل جلسة حيث يعطى العميل واجب منزلي محدد يقوم فيه بممارسة المهارات التي تعلمها.

و ترى رئيقة عوض (2001) أن الواجبات المنزلية تعطى لكي يتمكن العميل من تعميم التغيرات الإيجابية التي يكون قد أنجزها في الجلسات ، و لكي تساعد على أن ينقل تغيراته الجيدة إلى المواقف الحية ، و لكي يقوم بدعم أفكاره و معتقداته الصحيحة الجديدة و يتم تشجيعه و توجيهه على تنفيذ الواجبات المنزلية و تعد بحيث تكون مرتبطة بالأهداف العلاجية (الإرشادية).

2 . المحاضرة والمناقشة الجماعية:

يشير زهران (2002) إلى أنه تتم المزاوجة بين المحاضرات و المناقشات و بين الترفيه و السمر و النشاط الفني و غير ذلك من أوجه النشاط التلقائي الحر، حتى لا تأخذ العملية شكلا أكاديميا أكثر من اللازم ، و تكون المناقشة إما بعد المحاضرة أو أثنائها و يقوم المرشد عادة بإدارة المناقشة ، و المناقشة مهمة جدا لأن العميل (المسترشد) الذي يستمع إلى المحاضرة هو أدرى من المحاضر بما يحتاج إليه من معلومات يريد معرفتها أو مناقشتها ، و هكذا تؤدي المحاضرات و المناقشات الجماعية إلى نتائج هامة في تغيير اتجاهات العملاء نحو أنفسهم ونحو الآخرين و نحو مشكلاتهم ، و يلاحظ أن أسلوب المحاضرات و المناقشات الجماعية يستخدم بنجاح و على نطاق واسع في الإرشاد الوقائي وخاصة في المدارس.

3 . التعزيز:

و هو ما يعرف بالتدعيم حيث يتجه المرشد في هذه الفنية إلى تعزيز كل سلوك ينسجم مع مقتضيات الواقع الإجتماعي وهذا ما يطلق عليه تعزيز ايجابي ، أو يتجه إلى كف ما يراه غير مناسب من سلوكيات وذلك عن طريق استخدام التعزيز السلبي مثل العقاب ، و التعزيز منه ماهو مادي و منه ما هو معنوي و منه ما هو اجتماعي (مرسي ، 2002).

ويذكر بطرس (2007) أن التعزيز من أكثر فنيات العلاج السلوكي استخداما و خاصة في المجال المدرسي و التربوي ، و تتلخص طريقته في تقديم مكافآت أو معززات رمزية أو تعزيز معنوي يهدف لتقوية السلوكيات لدى المسترشد.

4 . النمذجة:

تستخدم النمذجة لمساعدة المسترشد في تحقيق استجابات مرغوب فيها أو التخلص من المخاوف من خلال مشاهدة سلوك شخص آخر ، و يمكن أن تكون بمشاهدة نموذج واقعي للسلوك ، أو من خلال نماذج مكتوبة أو مسجلة على أشرطة ، أو يتخيل المسترشد ذلك السلوك ، أو من خلال لعب الدور ، و يمكن استخدام هذه الطريقة الإرشادية والعلاجية مع كثير من

المشكلات والاضطرابات مثل : حالات القلق ، و العدوان ، و عيوب النطق ، و في إكساب الأطفال المهارات الإجتماعية (الخطيب ، 1423هـ).

و يشير ضمرة (2007) إلى أهمية النمذجة من خلال توفيرها للنماذج السلوكية التي توفر لنا المعلومات التي يمكن عن طريقها اكتساب أنماط السلوك المختلفة دون الحاجة إلى أدائها ، و بالتالي فإن فعالية النمذجة تعتمد على خصائص كل من النموذج و السمات المعرفية و الشخصية للفرد الملاحظ.

5. لعب الدور:

"هو أسلوب تعليمي إرشادي يتضمن قيام الفرد بتمثيل دور معين بطريقة نموذجية تهدف إلى تعلمه الدور أو إلى فهم أفضل للمشكلات التي يواجهها عند القيام به" (سليمان ، 1999 ، 286).

و يوضح الطيب (2000) أن أداء الدور من الأساليب الإرشادية التي يعاد فيها تنظيم و بناء المجال النفسي و الإجتماعي من جديد ، و تحقيق الإستبصار بالمشكلة ، و من ثم تعلم السلوك الجديد ، و يتم من خلال التمثيل الكشف عن مشاعره فيسقطها على شخصيات الدور التمثيلي و ينفس عن انفعالاته و يستبصر بذاته ، و يعبر عن اتجاهاته و صراعاته ودوافعه.

6 . تكلفة الإستجابة:

سحب أو فقدان تدعيم مرتبط بالسلوك كأن تلغى المعززات أو توقع غرامة كلما استخدم المسترشد جملة معينة أو ارتكب عملا غير مرغوب فيه ، و من مزايا هذا الإجراء أن آثاره الجانبية المنفرة قليلة بالمقارنة مع العقاب الإيجابي (مليكة ، 1990 ، 97).

7 . الإسترخاء:

يعد الإسترخاء أنجح وسيلة لتصفية العقل من كافة الأفكار ، و الإسترخاء ليس مجهودا يبذل و إنما امتناع تام عن كل مجهود ، و يعد الإسترخاء من الأساليب المفيدة علاجيا و ذلك في خفض القلق و الغضب و تحقيق المزيد من الصحة النفسية (العقاد ، 2001 ، 185).

و يرى السيد (2006) أن الإسترخاء من الفنيات العلاجية السلوكية و التي تحقق الهدوء و التوازن النفسي و البدني ، لكون الإسترخاء يعني علميا توقفا كاملا لكل الإنقباضات و التقلصات العضلية المصاحبة للتوتر.

ثانيا :الدراسـات السابقة:

يتم عرض الدراسات السابقة للدراسة الحالية من خلال تقسيمها إلى محورين ، هما :

أ) دراسات تناولت اضطراب النشاط الزائد و علاقته ببعض المتغيرات.

ب) دراسات تناولت النشاط الزائد من حيث البرامج العلاجية و الإرشادية و التدريبية و السلوكية.

أ) دراسات تناولت اضطراب النشاط الزائد وعلاقته ببعض المتغيرات:

دراسة الشريف (1991) و تهدف إلى الكشف عن الأطفال زائدي النشاط عن طريق النظير و المعلمة و تقدير مستوى هذا النشاط من قبل الأم ، كما تسعى الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين النشاط الزائد و كل من الإستعداد الذهني و أساليب معاملة الأم لدى أطفال ما قبل المدرسة ، و اشتملت عينة الدراسة على 48 طفلا من الذكور من طلاب الصف الثاني ، وتم تقسيمهم إلى مجموعة تجريبية عددها 24 طفل ومجموعة ضابطة 24 طفل ، و للوصول للنتائج استخدم الباحث تحليل التباين واختبار (T) ومن أهم نتائج هذه الدراسة أن الطفل الذي لديه مشكلة النشاط الزائد لديه مستويات حركية مفرطة وفترة انتباهه قصيرة و تصرفه سريع بدون تفكير و هذا عكس الطفل العادي كما أن استجابة الأطفال زائدي النشاط تكون قصيرة و غالبا خاطئة ، كما أوضحت النتائج أن أساليب معاملة الأم لطفلها (النبذ – الحماية الزائدة – التسامح الزائد) تساهم في إصابة الطفل بالنشاط الزائد.

و قام محمود (1992) بدراسة هدفت إلى التعرف على اضطراب النشاط الزائد لدى بعض تلاميذ الصفين الثاني و الثالث من التعليم الأساسي ، و الكشف عن مستوى التوافق النفسي لدى بعض التلاميذ من ذوي النشاط الزائد و بعض التلاميذ العاديين و دراسة العلاقة

بين النشاط الحركي الزائد و التوافق لدى ذوي النشاط الحركي الزائد ، و تكونت عينة الدراسة من 90 تلميذا بالصفين الثاني و الثالث ، 45 تلميذا يمثلون عينة لذوي النشاط الحركي الزائد ، و 45 تلميذا عاديا ممن تتراوح أعمارهم بين 7–8 سنوات ، من الذين يعيشون مع الوالدين و من أسر ذات مستوى اقتصادي و إجتماعي فوق المتوسط ، و قد استخدم الباحث عدة أدوات منها مقياس النشاط الزائد تقدير المعلم و الأم واختبار الشخصية للأطفال و استمارة المقابلة الشخصية و أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين النشاط الحركي الزائد و اعتماد الطفل على نفسه و عدم وجود علاقة ارتباطية بين النشاط الحركي و احساس الطفل بقيمته و ذلك يرجع لأساليب العقاب التي يتعرض لها الطفل من جراء حركاته الزائدة ، وجود علاقة ارتباطية بين النشاط الحركي و شعور الطفل بالإنتماء و قد يرجع ذلك لأسلوب النبذ.

دراسة عبدالقادر (1993) التي هدفت إلى التعرف على بعض المشكلات السلوكية للأطفال زائدي النشاط ، و معرفة مدى الإختلاف بينهم و بين الأطفال العاديين في التحصيل الدراسي – الذكاء – المستوى الإجتماعي و الإقتصادي – الإتجاهات الوالدية ، و استخدم الباحث قائمة تقدير سلوك النشاط الزائد و مقياس الإتجاهات الوالدية و اختبار الذكاء المصور و استمارة المستوى الإقتصادي و الإجتماعي ، و قد بلغت عينة الدراسة 279 تلميذا ، و قد أوضحت النتائج بعد أن استخدم الباحث طريقة التحليل العاملي للتوصل للنتائج أن هناك بعض المشكلات السلوكية لدى الأطفال ذوي النشاط الزائد منها : الحركة المفرطة – عدم الإنضباط السلوكي – عدم القدرة على الإنتباه – الإندفاعية و تقلب المزاج – و السلوك اللاإجتماعي ، كما توصلت الدراسة إلى أنه توجد فروق بين أطفال النشاط الزائد و الاطفال العاديين في التحصيل الدراسي و الذكاء لصالح الأطفال العاديين ، كما انه لا توجد فروق بين العينتين في المستوى الإجتماعي و الإقتصادي فكلا العينتين مستواها الإقتصادي و الإجتماعي متوسط ، كما أوضحت النتائج ان اتجاهات آباء و امهات ذوي النشاط الزائد أكثر تسلطا و إهمالا و إثارة للألم النفسي و تفرقة و حماية زائدة .

دراسة الدردير (1999) التي هدفت إلى التعرف على الاطفال زائدي النشاط و العوامل النفسية التي تميزهم عن الأطفال الأسوياء و قد بلغت عينة الدراسة 72 طفلا زائد النشاط و 72 من الأطفال الأسوياء ، و قد اعتمد الباحث في اختيار عينته على مجموعة من الأدوات منها مقياس النشاط الزائد و مقياس القلق العام و مقياس مفهوم الذات و اختبار القدرة الإدراكية ، و من الأساليب الإحصائية التي استخدمها الباحث في دراسته حساب النسب المئوية و اختبار T و معامل ارتباط بيرسون و توصلت الدراسة إلى أن التلاميذ المصابين بالنشاط الزائد يتميزون بانخفاض في مفهوم الذات و ارتفاع القلق العام و العدوانية وانخفاض في مستـتوى التحصيل الدراسي و القدرة الإبتكـارية و الضبط الخارجي للمواقف التعليمية و هذه الخصائص تميزهم عن غيرهم من التلاميذ.

دراسة إبراهيم (2002) التي تهدف إلى التعرف على النشاط الزائد لدى عينة من رياض الأطفال و علاقة هذا الإضطراب ببعض المتغيرات الأسرية ، تكونت عينة الدراسة من 240 طفل مقسمة إلى 129 ذكور و 111 إناث ، و استخدمت الباحثة اختبار الذكاء (اختبار رسم الرجل) لجود انف هاريس و استمارة المستوى الإقتصادي و الإجتماعي الثقافي و استمارة الملاحظة و مقياس النشاط الزائد من إعداد الباحثة ، و اعتمدت الباحثة على عدة أساليب إحصائية كالمتوسط الحسابي و معاملات الارتباط و تحليل التباين واختبار T ، و قد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج منها أن النشاط الزائد ينتشر بنسبة أكبر بين الذكور عنه لدى الإناث ، و أن المتغيرات الأسريـتة كحجم الأسرة و ترتيب الطفل بين اخوته و عمل الام أو غياب الأب لا تكفي لحدوث اضطراب النشاط الزائد و لكن كلما زاد عدد العوامل السلبية التي تقترن بكل عامل منها في بيئة الطفل زادت فرصة تعرضه للاضطراب السلوكي ، كمـا أوضحت النتائـج أنـه لم يكن هناك ارتباط بين النشاط الزائد و المستوى الإقتصادي و الإجتماعي للأسرة.

دراسة معصومة (2003) التي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين اضطراب النشاط الزائد و بعض المتغيرات الديموجرافية و سمات الشخصية لدى عينة من تلاميذ الصف الرابع ، و قد اشتملت عينة الدراسة على 376 طفل (224 ذكور ، 152 إناث) ، و استخدمت الباحثة أربعة مقاييس رئيسية و هي : مقيـاس النشـاط الزائـد ، مقيـاس الإكتئاب للأطفال ،

مقياس العصابية و مقياس القلق ، و استخدمت الباحثة تحليل التباين الأحادي و حساب قيم شافية و معامل بيرسون ، و كان من أهم نتائج هذه الدراسة : حصل الذكور على درجات أعلى من الإناث على مقياس النشاط الزائد كما أنهم أميل إلى الكآبة من الإناث كما كانوا أكثر قلقا.

دراسة حسين و عبدالغفار (2006) التي هدفت إلى تحديد مفهوم الذات و أشكال السلوك العدواني لدى عينة مكونة من 45 طالبا من طلاب الصف الخامس ممن توفرت لديهم مؤشرات اضطراب النشاط الزائد 23 من الذكور و 22 من الإناث بمتوسط عمري 11 ، 45 طالبا من أقرانهم من غير المضطربين 23 من الذكور و 22 من الإناث بمتوسط عمري 9-10 سنوات ، و استخدم في هذه الدراسة مقياس مفهوم الذات و مقياس أشكال السلوك العدواني ، و تم حساب الفروق بين العينتين على تلك المفاهيم بالإضافة إلى حساب معاملات الإرتباط بين الأبعاد المختلفة للمقياسين في كل من العينتين ، و أشارت النتائج إلى وجود فروق بين ذوي اضطراب النشاط الزائد و أفراد العينة الضابطة على الدرجة الكلية لمفهوم الذات و الدرجة الكلية للعدوان ، كما أشارت النتائج إلى انخفاض مفهوم الذات لدى ذوي اضطراب النشاط الزائد و ارتفاع درجة العدوان لديهم.

و قامت كارلا (Karla,2009) بدراسة هدفت إلى التعرف على ما إذا كان هناك اختلاف بين ديناميات الأسر التي لديها أطفال زائدي النشاط و الأسر التي يكون لديها أطفال عاديون من خلال تقديم مقياس البيئة الأسرية (FES) ، و قد تكونت عينة الدراسة من 60 عائلة ممن لديها أطفال عاديون ، 60 عائلة ممن يعاني أحد أطفالها من النشاط الزائد ، و قد تضمن مقياس البيئة الأسرية ثلاثة أبعاد رئيسية لتقيس عشر خصائص هامة للأسرة ، حيث يتضمن البعد الأول التواصل و العلاقات بين أفراد الأسرة ، أما البعد الثاني فهو نمو الشخصية و تطورها ، و البعد الثالث وهو المحافظة على التنظيم والتخطيط لأنشطة الأسرة ، و استخدمت الدراسة تصميم السببية-النسبية و استخدمت تحليل التباين للوصول إلى النتائج التي أشارت إلى أنه لا توجد اختلافات كبيرة في ديناميات الأسر التي يوجد بين أفرادها طفل النشاط الزائد و الأسر التي يكون أطفالها عاديون .

و هدفت دراسة جانا (Jaana,2010) إلى معرفة ما إذا كانت أعراض النشاط الزائد لدى الذكور تختلف عن أعراضه لدى الإناث في البيت و المدرسة ، و قد تكونت عينة الدراسة من 107 من الذكور و 29 من الإناث تتراوح أعمارهم بين (3-5) سنوات ، و استخدمت الباحثة معايير النشاط الزائد الموجودة في الدليل التشخيصي و الإحصائي الرابع بفروعه الثلاثة (فرط الحركة – الإندفاعية – ضعف الإنتباه) و أشارت النتائج إلى عدم وجود اختلاف بين الذكور و الإناث في أعراض النشاط الزائد بل يشتركون في معظم الأعراض سواء في البيت أو المدرسة أو المجتمع.

دراسة جريسات (2010) التي هدفت إلى التعرف على مدى انتشار اضطراب النشاط الزائد تبعا لمتغيرات عدد أفراد العائلة ، الترتيب الولادي ، مستوى الدخل الإقتصادي ، وقد بلغت عينة الدراسة (1000) طالبا و طالبة ، و استخدمت الباحثة مقيـاس النشـاط الزائـد و حسبت التكـرارات و النسب المئوية و استخدمت اختبار كاي مربع تربيع فأشارت نتائج دراستها إلى وجود فروق في نسب انتشار النشاط الزائد حسب عدد أفراد العائلة و ارتفاع نسبة انتشار ظاهرة النشاط الزائد لدى الطلبة من العائلات ذات عدد الأفراد 3 ، و لم تظهر النتائج وجود فروق في نسب الإنتشار ترجع لمتغير الترتيب الولادي و مستوى الدخل الإقتصادي.

دراسة لوسابيو (Losapio,2010) التي هدفت إلى التعرف على التصورات الوالدية حول النشاط الزائد و طرق علاجه واي الطرق يفضل الوالدين أكثر و تكونت عينة الدراسة من 206 من الآباء ، 69 من الآباء لديهم أطفال يعانون من فرط الحركة و الإندفاعية ، 69 من الآباء لديهم أطفال يعانون من تشتت الإنتباه و 68 من الآباء لديهم أطفال اجتمعت فيهم أعراض النشاط الزائد الثلاث (فرط الحركة – الإندفاعية – تشتت الإنتباه) ، و تراوح عمر الأطفال من 5-18 سنة و تم تقديم مقياس KADDS و يتضمن هذا المقياس ثلاث أجزاء فرعية : الأعراض – طرق العلاج – معلومات و معرفة عامة حول الإضطراب ، و من التحليلات الإحصائية المستخدمة تحليل التباين ANOVA و اختبار T ، و أشارت النتائج إلى أنه لم تكن هناك فروق كبيرة في الدرجات بين الآبـاء على فـرع الأعـراض و المعرفة العامة حول اضطراب النشاط الزائد ، أما حول طرق علاج النشاط الزائد فقد كان من المتوقع أن يختار

الآباء طريقة تعديل السلوك و لكن معظم الآباء فضلوا استخدام الأدوية كطريقة لعلاج النشاط الزائد خاصة الآباء الذين لديهم أطفال اجتمعت فيهم فروع النشاط الزائد الثلاث (فرط الحركة – الإندفاعية – تشتت الإنتباه).

دراسة منى (2010) التي هدفت إلى الكشف عن إمكانية وجود فروق بين عينة من الأطفال الأسوياء و عينة من الأطفال الذين يعانون من اضطراب النشاط الزائد في عادات النوم ، وتكونت عينة الدراسة من 40 طفلا من ذوي النشاط الزائد (26 ذكور و 14 إناث) و40 طفلا من الأسوياء ، تتراوح أعمارهم بين 7–12 سنة ، و استخدمت الباحثة استمارة البيانات الأولية و اختبار المصفوفات المتدرجة لرافن و قائمة النشاط الزائد و استخبار عادات النوم ، و لكي تتوصل إلى النتائج استخدمت الباحثة تحليل التغاير و اسلوب مان وتني ، و من أهم نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية بين درجات الأطفال الذين يعانون من النشاط الزائد و الأطفال الأسوياء في عادات النوم فمن أهم هذه العادات لدى ذوي النشاط الزائد اضطراب التنفس أثناء النوم و النوم خلال النهار ، كذلك من مشكلات النوم لذوي النشاط الزائد الحركة الكثيرة أثناء النوم و التململ و كثرة الإستيقاظ ليلا ، كما أوضحت الدراسة عدم اختلاف عادات النوم باختلاف الجنس بشكل واضح.

دراسة هلويج (Helwig,2011) التي هدفت إلى التعرف على مدى انتشار اضطراب النوم لدى الأطفال و المراهقين الذين يعانون من النشاط الزائد ، و قد بلغت عينة الدراسة 280 طفلا تتراوح أعمارهم بين 6–12 سنة ، 276 مراهقا تتراوح أعمارهم بين 13–18 سنة ، و نفس العينة و لكن أفرادها لا يعانون من النشاط الزائد ، و قد أشارت النتائج أن الأطفال و المراهقين المصابين بالنشاط الزائد أكثر عرضة مرتين للإصابة باضطراب النوم بالمقارنة مع أقرانهم من دون النشاط الزائد ، حيث بلغت نسبة انتشار اضطراب النوم لدى الأطفال المصابين بالنشاط الزائد 8.9% ، أما الأطفال غير المصابين بالنشاط الزائد فتبلغ نسبة اصابتهم باضطراب النوم 4.5% ، و تبلغ نسبة انتشاره بين المراهقين ذوي النشاط الزائد 5% أما غير المصابين بالنشاط الزائد فينتشر لديهم اضطراب النوم بنسبة 2.5%.

دراسة شاني (SHani,2011) التي هدفت إلى المقارنة بين الممارسات الوالدية لأطفال النشاط الزائد و الممارسات الوالدية للأطفال العاديين ، و قد شملت عينة الدراسة 95 والدا ، 93 أم ، و أبوان اثنان ، و قد تراوحت أعمار أطفالهم بين 5-11 سنة ، و استخدم الباحث استبيان الإنضباط الإجتماعي من جامعة واشنطن و الذي يضم 73 عبارة ، و يقيس سبع ممارسات قد يمارسها الآباء مع أطفالهم كالتعامل الجيد ، التعامل القاسي ، كما يقيس الإستبيان ممارسات أخرى كالتعامل اللفظي الإيجابي و العقوبة البدنية و الثناء و المدح و تقديم الحوافز ، و قد استخدم الباحث معامل بيرسون لاظهار مدى ترابط الممارسات الوالدية مع بعضها البعض ، و اختبارT للمقارنة بين الممارسات الوالدية للأطفال العاديين و أطفال النشاط الزائد ، و قد توصلت النتائج إلى أن آباء أطفال النشاط الزائد يستخدمون نظاما أكثر ملاءمة و انضباطا مع أطفالهم و يعتمدون على القسوة في التعامل معهم كما يستخدمون العقاب البدني مع أطفالهم أكثر من آباء الأطفال العاديون ، و أشارت النتائج أيضا إلى أنه لا توجد اختلافات في الممارسات الوالدية بين آباء الأطفال العاديون و آباء أطفال النشاط الزائد من حيث استخدام الحوافز و المدح و الثناء و الأساليب اللفظية الإيجابية ، كما أظهرت النتائج أن آباء الأطفال العاديين يراقبون أبناءهم أكثر من آباء أطفال النشاط الزائد.

التعقيب على المحور الأول من الدراسات السابقة:

بمراجعة نتائج الدراسات السابقة للمحور الأول يتضح ما يلي:

1 . أن طفل النشاط الزائد يعاني من مستويات حركية مفرطة و فترة انتباهه قصيرة و تصرفه سريع بدون تفكير ، و تلعب أساليب معاملة الأم لطفلها دورا كبيرا في إصابته باضطراب النشاط الزائد و هذا ما توصلت إليه دراسة (الشريف ، 1991).

2 . من الآثار السلبية لاضطراب النشاط الزائد على الطفل انخفاض مفهوم الذات لديه ، و ارتفاع القلق العام و العدوانية ، و انخفاض مستوى التحصيل الدراسي كما أنه يعاني من اضطرابات في عادات النوم و ذلك وفقا لنتائج دراسة (الدردير، 1999) و دراسة (حسين و عبدالغفار، 2006) و دراسة (منى ، 2010).

3 . اضطراب النشاط الزائد ينتشر بين الذكور أكثر من الإناث و هذا ما أكدته دراسة (إبراهيم ، 2002) و دراسة (معصومة ، 2003).

4 . لا توجد اختلافات بين الذكور و الإناث في أعراض النشاط الزائد بل يشتركون في معظم الأعراض و هذا ما أثبتته دراسة جانا (Jaana,2010).

5 . أن معظم آباء أطفال النشاط الزائد يفضلون استخدام الأدوية كطريقة فعالة في التخفيف من حدة أعراض النشاط الزائد و هذا ما أشارت إليه نتائج دراسة لوسابيو (Losapio,2010).

ب) الدراسات التي تناولت النشاط الزائد من حيث البرامج العلاجية و الإرشادية و التدريبية و السلوكية:

أجرى براون و واين و مادينس (Brown , Wynne , Medenis , 1985) دراسة هدفت إلى المقارنة بين أثر برنامج سلوكي معرفي و برنامج بالعقاقير الطبية لوحده ، و أثر البرنامجين معا من أجل معالجة الأطفال الذين يعانون من النشاط الزائد ، و بلغت عينة الدراسة 30 طفلا تتراوح أعمارهم بين 6-11 سنة ، و تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات ، مجموعة تلقت البرنامج السلوكي المعرفي فقط و مجموعة تلقت العلاج بالعقاقير فقط و مجموعة تلقت البرنامجين معا ، و قد استغرق تطبيق الدراسة 12 أسبوعا و أظهرت النتائج تحسنا كبيرا في الإنتباه و انخفاض السلوك الإندفاعي لدى المجموعتين (مجموعة العلاج الطبي فقط و مجموعة العلاج السلوكي المعرفي مع العلاج الطبي) مقارنة مع التحسن الذي ظهر لدى مجموعة العلاج المعرفي السلوكي فقط.

و قام هورن و ايالونجو و جرينبرج و باكارد و وينبيري (Horn , Ialongo , Greenberg , Bakard , Winberry , 1990) بدراسة من أجل التعرف على فاعلية أساليب تعديل السلوك و السلوك المعرفي في معالجة الأعراض الأساسية للنشاط الزائد لعينة من الأطفال بلغت 42 ، 34 منهم ذكور و الباقي إناث تراوحت أعمارهم بين 7-11 سنة ، تم تقسيم العينة إلى ثلاث مجموعات تجريبية الأولى تلقت برنامج في التدريب على الضبط الذاتي ، و تلقت الثانية برنامج في التدريب السلوكي يقوم به الوالدان ، و المجموعة الثالثة تلقت

البرنامجين معا و استمر البرنامج مدة شهر و نصف ، و أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية الثالثة التي تلقت البرنامجين معا.

دراسة أودوم (Odom,1996) التي هدفت إلى إعداد برنامج تعليمي لأمهات الأطفال الذكور الذين يعانون من النشاط الزائد و معرفة إن كان البرنامج التعليمي المعد سيطور من كفاءة الأم في التعامل الجيد و الصحيح مع الطفل زائد النشاط و اشتملت عينة الدراسة على عشرين أما تلقت البرنامج التعليمي خلال خمسة أسابيع ، و اشتمل البرنامج على إعطاء الام معلومات عن ماهية النشاط الزائد و اسبابه وكيفية تقديم العلاج بالعقاقير الطبية للأطفال إن استدعى الأمر ذلك و تعريفهن على كيفية التعامل الصحيح مع أطفالهن ، و قد أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأمهات اللواتي تلقين البرنامج التعليمي خاصة فيما يتعلق بالكفاءة و القدرة و الرضا.

الدراسة التي أجراها ماثيس و بندر (Mathes , & Binder , 1997) و التي هدفت إلى اختبار فعالية منهج معالجة مشترك يجمع بين التدخل السلوكي المعرفي المكثف مع خطة علاجية دوائية في تعزيز السلوك على الإنتباه لثلاثة من الأطفال الذكور المصابين بالنشاط الزائد ، و تراوحت أعمارهم بين 8-11 سنة ، و اشتمل البرنـــامج على التدريب على مراقبة الذات ، و أشارت النتائج إلى أن استعمال مزيج من إجراءات مراقبة الذات و التدخلات الدوائية إلى تعزيز سلوك الإنتباه عند الأطفال على المهمات الموكلة إليهم.

دراسة دبيس و السمادوني (1998) التي هدفت إلى التعرف على فاعلية التدخل السلوكي المعرفي لخفض الإندفاعية لدى الأطفال المتخلفين عقليا من الدرجة البسيطة ، و قد تكونت عينة الدراسة من 10 أطفال تراوحت أعمارهم بين 11-15 سنة ، و تم توزيعهم عشوائيا إلى مجموعتين متكافئتين في العمـر و درجـة الإنـدفاعيـة و الـذكـاء ، مجمـوعـة تجـريبيـة و عددها خمسة أطفال ، و مجموعة ضابطة وعددها خمسة أطفال ، و تـم استخـدام قائمـة كـونرز لتقـدير سلـوك الطفل و اختبار تجانس الأشكال للأطفال المتخلفين عقليا ، إضافة إلى برنامج للتدريب على الضبط الذاتي عن طريق التعليمات اللفظية الذاتية ، و تم اختبار فرضيات

الدراسة باستخدام الأساليب الإحصائيــة اللابــارامترية ، و أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة لصالح المجموعة التجريبية.

دراسة بندر وديكسون و جيزي (Binder, Dixon , Ghezzi , 2000) التي هدفت إلى تعليم الضبط الذاتي لمعالجة السلوك الإندفاعي للأطفال الذين يعانون من النشاط الزائــد ، و اشتملت عينة الدراسة على ثلاثة اطفال في مرحلة ما قبل المدرسة ، و توصلت نتائج الدراسة إلى أن الأطفال الثلاثة عندما يخيرون بين التعزيز القليل الفوري و التعزيز الكبير المتأخر كانوا يختارون التعزيز القليل الفوري ، و لكن بعد تدريبهم على أسلوب التعليمات و النشاطات اللفظية أظهروا مستوى من الضبط الذاتي و اختاروا كمية التعزيز الكبيرة المتأخرة.

دراسة كارلسون و مان و الكسندر (Carlson, Mann , Alexander, 2000) التي هدفت إلى المقارنة بين فاعلية أسلوب التعزيز و تكلفة الإستجابة على أداء الاطفال ذوي النشاط الزائد ، اشتملت عينة الدراسة على 80 طالبا تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية و ضابطة في كل منها 40 طالب ، تراوحت أعمارهم بين 8-12 سنة ، و طبق البرنامج خلال ثمانية أسابيع و أشارت النتائج إلى أن أسلوب تكلفة الإستجابة كان أكثر فاعلية من التعزيز ، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق بين استخدام الأسلوبين تعزى لمتغير العمر و الجنس.

قام فرولش و دوبنر و ليمكول (Froelich , Dopfner , Lehmkuhl , 2002) بدراسة هدفت إلى تقييم فاعلية برنامـج سلـوكي معرفي من أجـل تحسين المهـارات الأكاديميـة و خفض الأعراض الأساسية لاضطراب ضعف الإنتباه المصحوب بالنشاط الزائد في الأوضاع المدرسية و المنزلية المختلفة ، و شملت عينة الدراسة 17 ذكرا و أنثى واحدة ، يعانون من اضطراب النشاط الزائد ، و تضمن البرنامج المنزلي تعريف الوالدين بأعراض و خصائص اضطراب النشاط الزائد بالإضافة إلى العلاج الطبي و أساليب تعديل السلوك في التعزيز الرمزي و تكلفة الإستجابة و من أهم نتائج هذه الدراسة بناء على تقديرات المعلمين و الوالدين انخفاض حدة أعراض النشاط الزائد و المشكلات البيتية.

و هدفت دراسة ميراندا و بريسنتن و سوريانو (Miranda , Presentacion , Soriano , 2002) إلى التعرف على مدى فاعلية برنامج متعدد المحاور لمعالجة اضطراب

النشاط الزائد ، حيث تكونت عينة الدراسة من 50 طالبا و طالبة ، تم تقسيمهم إلى مجموعة تجريبية و عددها 29 طالبا و طالبة ، و مجموعة ضابطة و عددها 21 طالبا و طالبة ، و تم تدريب معلمي المجموعة التجريبية على عدة أساليب كالتعزيز الإيجابي و تكلفة الإستجابة و التعزيز التفاضلي و الضبط الذاتي و أشارت النتائج إلى انخفاض حدة الأعراض الأساسية للنشاط الزائد ، و تحسن التفاعل الإجتماعي مع الأقران و تحسن مستوى التحصيل الأكاديمي لأفراد المجموعة التجريبية.

دراسة السعدي (2003) التي هدفت إلى التعرف على أثر استخدام التعزيز الرمزي لخفض سلوك ضعف الإنتباه و النشاط الزائد و سلوك العدوان ، و قد تألفت عينة الدراسة من 60 طالبة من طالبات المرحلة الأساسية العليا ، و استخدمت الباحثة قائمة تقدير سلوك العدوان و قائمة تقدير النشاط الزائد للحصول على العينة التي تم تقسيمها إلى مجموعتين ، مجموعة تجريبية عددها 30 طالبة تلقت التعزيز الرمزي لمدة ثمانية أسابيع ، و المجموعة الضابطة و عددها 30 طالبة لم تتلقى التعزيز الرمزي ، و بعد تحليل البيانات باستخدام اختبار T و حساب المتوسطات الحسابية أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين عند مستوى دلالة $\alpha=0.05$ لصالح المجموعة التجريبية مما يشير إلى أن برنامج التعزيز الرمزي كان فعالا في خفض السلوكات المستهدفة.

دراسة الإمام (2004) التي هدفت إلى التعرف على فاعلية التدعيم في علاج ضعف الإنتباه المصحوب بالنشاط الزائد لدى أطفال غرف المصادر ، و بلغ أفراد العينة 30 طالبا و طالبة من الصفين الثالث و الرابع و تراوحت أعمارهم بين 8-11 سنة ، تم تقسيم العينة إلى ثلاث مجموعات ، مجموعة تجريبية تعرضت للبرنامج السلوكي و مجموعة تجريبية أخرى تلقت برنامج سلوكي بالإضافة إلى واجبات منزلية و مجموعة ثالثة ضابطة لم تتلق البرنامج السلوكي ، و استخدم الباحث قائمة تقدير سلوك الطفل زائد النشاط بالإضافة إلى بطاقة ملاحظة و برنامج التعزيز الرمزي ، و استمرت إجراءات دراسة 8 أسابيع بواقع ثلاث جلسات في الأسبوع و لمدة 30 دقيقة في كل جلسة ، و استخدم الباحث اختبار كروسكال – واليس واختبار تحليل التباين الأحادي ، و قد أشارت النتائج إلى وجود فرق ذات دلالة إحصائية عند مستوى

α=0.05 بين المجموعتين التجريبيتن و المجموعة الضابطة لصالــح المجموعتين التجريبيتين و هذا مؤشر على فاعلية التدعيم في خفض النشاط الزائد لدى الأطفال

و قام محمد شولي (2004) بدراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشاد جمعي من خلال المرشدين في خفض النشاط الزائد المصحوب بضعف الإنتباه لدى طلاب الصف الرابع ، و قد قام الباحث بتطوير قائمة لقياس سلوك النشاط الزائد اشتملت على 18 فقرة ، و قد تضمنت عينة الدراسة 80 طالبا من طلاب الصف الرابع تراوحت أعمارهم بين 9-10 سنوات، تم توزيعهم عشوائيا إلى مجموعتين تضمنت كل مجموعة أربع مجموعات فرعية في كل منها 10 طلاب ، ثم قـام البــاحث بتحـديد المجموعـة التجريبية و الضابطة بطريقة عشوائية ، و قد بلغت عدد جلسات البرنامج 12 جلسة بواقع 45 دقيقة ، و استخدم الباحث تحليل التباين المشترك الذي أظهرت نتائجه وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة α<0.05 بين المجموعتين و ذلك لصالح المجموعة التجريبية و هذا مؤشر على فاعلية البرنامج الإرشادي المعد في خفض مستوى سلوك النشاط الزائد.

كما قام الدسوقي (2006) بدراسة هدفها التعرف على أثر برنامج إرشادي في تخفيف حدة اضطراب نقص الإنتباه المصحوب بالنشاط الزائد لدى عينة من الأطفال المتأخرين عقليا القابلين للتعلم ، و اتبع الباحث المنهج التجريبي لتصميم القياس القبلي – البعدي ، و كان عدد افراد العينة 28 طفلا تتراوح اعمارهم بين 8-12 سنة ، و نسبة ذكاؤهم بين 57 – 65 ، و تم تقسيم العينة عشوائيا إلى مجموعتين ، مجموعة تجريبية و عددها 14 طفلا (12 ذكور و 2 إناث) ، و مجموعة ضابطة وعددها 14 طفلا (12 ذكور و 2 إناث) ، و تم تطبيق البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية و الذي تضمن فنيات و أساليب متنوعة (التعزيز – لعب الدور – النمذجة – الواجب المنزلي) ، و استغرق تنفيذه 15 اسبوعا بواقع جلستين أسبوعيا ، و مدة كل جلسة ساعة ، و استخدم الباحث اختبار مان وتني و اختبار ويلكوكسون لتحليل النتائج التي دلت على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية ، و هذا دليل على فاعلية البرنامج الإرشادي المعد.

دراسة القرعان (2006) التي هدفت إلى معرفة أثر برنامج تدريبي سلوكي معرفي في معالجة الأعراض الأساسية لاضطراب ضعف الإنتباه المصحوب بالنشاط الزائد ، و قد اشتملت عينة الدراسة على 100 طالب من الصفين الرابع و الخامس تراوحت أعمارهم بين 10 و 11 سنة ، تم توزيعهم إلى مجموعتين ، 50 طالبا يمثلون المجموعة التجريبية و 50 طالبا يمثلون المجموعة الضابطة ، و قد تلقت المجموعة التجريبية برنامجا تدريبيا استغـرق تطبيقه عشـرة أسـابيع بـواقع 40 حصـة تـدريبية ، و استخدم الباحث اسلوب التغاير (ANOVA) لبيان الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية للمجموعتين التجريبية و الضابطة على الإختبار البعدي ، و قد أشارت نتائج التحليل الإحصائي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين عند مستوى دلالة α=0.05 على الأبعاد الفرعية و الكلية للمقياس بصورتيه المنزلية و المدرسية ولصالح المجموعة التجريبية ، و ذلك يشير إلى أن البرنامج التدريبي كان فعالا في خفض الأعراض الأساسية لاضطراب ضعف الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد.

دراسـة سرحـان (2007) التي هـدفت إلى التـعرف عـلى أثـر برنامج مقترح لجمباز الألعاب و المـوانع على خـفض النشـاط الزائـد بخصائصه الثلاث (الإندفاعية و الحركة المفرطة و ضعف الإنتباه) و بعض القدرات النفس حركية لأطفال صعوبات التعلم في سن 6-9 سنوات ، و قد اتبعت الباحثة المنهج التجريبي لتصميم القياس القبلي و البعدي لمجموعة واحدة ، و تم اختيار العينة بالطريقة العمدية و عددهم 13 طفلا بواقع 4 اناث و 9 ذكور ، و تم تطبيق البرنامج على العينة في ثمانية أسابيع بواقع ثلاث لقاءات أسبوعية ، و زمن قدره 45 دقيقـة ، و قامت الباحثة بإعداد قائمة ملاحظة سلوك طفل النشاط الزائد ، و أظهرت نتائج الدراسة أن للبرنامج المقترح أثرا ايجابيا على خفض النشاط الزائد و تنمية بعض القدرات النفس حركية لأطفال صعوبات التعلم.

دراسة العتوم (2007) التي هدفت إلى التعرف على أثر أسلوبي اللعب و التعزيز الرمزي في تحسين الإنتباه و خفض النشاط الزائد لدى عينة أردنية من طلبة صعوبات التعلم الملتحقين بغرف المصادر ، حيث تكونت عينة الدراسة من 67 من طلبة غرف المصادر ذوو صعوبات التعلم الذين يعانون من اضطراب النشاط الزائد بواقع 38 من الذكور و 29 من الإناث ضمن

فئة عمرية واحدة (8−10) سنوات و تـم توزيعهـم بطريقـة عشوائيـة إلى ثـلاث مجموعـات ، مجمـوعتين تـجريبيتين و مجموعة ضابطة ، و تم تطبيق البرنامج لمدة تسع أسابيع بواقع 4 جلسات أسبوعيا ، و تم استخدام اختبار T وتحليل التباين الأحادي ، حيث دلت النتائج على فاعلية استخدام أسلوبي اللعب و التعزيز الرمزي في تحسين الإنتباه و خفض النشاط الزائد لدى المجموعة التجريبية الأولى و الثانية عند مستوى دلالة $\alpha \leq 0.05$.

كما قامت العيسائي (2010) بدراسة هدفها التعرف على مدى فاعلية برنامج تدريبي باستخدام الحاسب الآلي لخفض اضطراب الإنتباه المصحوب بالنشاط الزائد على عدد من الحالات التي تعاني منه ، و قد اختارت الباحثة المنهج شبه التجريبي (دراسة حالة) حيث تم اختيار 10 حالات تعاني من اضطراب النشاط الزائد ، و استخدمت الباحثة المقياس التشخيصي الإحصائي النسخة الرابعة و برنامج تدريبي لخفض النشـاط الـزائد مكـون من 30 جلسـة تدريبية ، و اختبـار الكتروني في الحاسب الآلي ، وقامت الباحثة بترميز البيانات من خلال اختبار ألفا لكرونباخ واختبار ولككسون و اختبار T ، و قد أشارت النتائج إلى انخفاض مستوى النشاط الزائد لدى أفراد العينة مما يدل على فاعلية البرنامج التدريبي المعد.

التعقيب على المحور الثاني من الدراسات السابقة:

بمراجعة نتائج الدراسات السابقة للمحور الثاني يتضح فاعلية البرامج العلاجية و التدريبية المعدة في خفض حدة أعراض ومظاهر النشاط الزائد ، كما نجد تنـوع هذه البرامـج ما بين برامـج سلوكيـة و برامج معرفية و أخرى جمعت بين الأسلوبين و برامج تدريبية للمعلمين والآباء و جميعها كان لها الأثر الكبير في خفض أعراض النشاط الزائد ، كما نلاحظ أن أكثر الأساليب فاعلية في خفض النشاط الزائد وفقا لنتائج الدراسات هو أسلوب التعزيز و تكلفة الإستجابة و الضبط الذاتي.

التعقيب العام على الدراسات السابقة :

وبشكل عام استفادت الباحثة من الدراسات السابقة ككل في اعداد أداة الدراسة و انتقاء الفنيات و الأساليب المناسبة لتصميم البرنامج الإرشادي لخفض النشاط الزائد لدى الأطفال ، كما استفادت الباحثة من الدراسات السابقة من خلال الاطلاع على المعالجات الإحصائية المستخدمة في تحليل نتائج الدراسات و في كيفية تفسير النتائج.

الفصل الثالث

منـهج و إجراءات الدراسة

*منـهج الدراسة

*مجتمع الدراسة وعينتـها

*متغيرات الدراسة

*أدوات الدراسة:

أ) مقياس النشاط الزائد للمعلم

ب) مقياس النشاط الزائد للوالدين

ج) البرنامج الإرشادي

*المعالجة الإحصائية

الفصل الثالث

منهج و اجراءات الدراسة

يتناول هذا الفصل منهجية الدراسة و اجراءاتها بما في ذلك من وصف لعينة الدراسة و أدواتها و طرق التحقق من صدق الأداة و ثباتها ، و التطرق للمعالجات الإحصائية التي تم استخدامها لمعالجة بيانات الدراسة للتوصل إلى النتائج.

أولا: منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة في هذه الدراسة المنهج شبـــه التجريبي بتصميم المجموعـــة التجريبية و المجموعة الضابطة ، و لتقصي فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض النشاط الزائد لدى طلبة الحلقة الأولى تم اجراء القياس القبلي و القياس البعدي و قياس المتابعة .

م	المجموعة	المعالجة			
		القياس القبلي	البرنامج الإرشادي	القياس البعدي	قياس المتابعة
1	الضابطة	/	–	/	–
2	التجريبية	/	/	/	/

شكل (1)

التصميم شبه التجريبي للدراسة

ثانيا: مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من تلاميذ الحلقة الأولى للتعليم الأساسي بمدرسة جماء للتعليم الأساسي بولاية الرستاق جنوب محافظة الباطنة ، و عددهم 110 طالب من الذكور، حيث يشكلون الإطار العام للمجتمع الذي تم من خلاله اختيار العينة التي تم تطبيق البرنامج الإرشادي عليها و هم الطلاب الذين تم تطبيق أداة الدراسة عليهم.

ثالثا: عينة الدراسة:

لاختيار عينة الدراسة من المجتمع قامت الباحثة بسؤال المعلمات اللاتي يقمن بتدريس الحلقة الأولى عن أكثر التلاميذ الذين تظهر عليهم أعراض النشاط الزائد ، فحصلت الباحثة على 34 تلميذا طبقت عليهم مقياس النشاط الزائد ، وقد تم التأكد من أن طلاب العينة ليسوا من ذوي صعوبات التعلم من خلال الرجوع إلى معلمة صعوبات التعلم في المدرسة و التي تعتمد على معايير لتشخيص ذوي صعوبات التعلم ، كما تم التأكد من خلوهم من أي أمراض من خلال متابعة السجل الطبي لهم ، و تم اختيار التلاميذ الحاصلين منهم على درجات عالية على مقياس النشاط الزائد و كان عددهم 20 تلميذا ، عمدت الباحثة إلى تقسيمهم بطريقة عشوائية إلى مجموعتين تجريبية و ضابطة بواقع 10 تلاميذ لكل مجموعة ، و تم مراعاة التكافؤ و التجانس بين المجموعتين من حيث العمر و الصف الدراسي و درجة الطالب على مقياس النشاط الزائد.

توزيع أفراد العينة بحسب الصفوف :

جدول (1)

توزيع أفراد العينة حسب الصف الدراسي

الصف الدراسي	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة	
	العدد	النسبة	العدد	النسبة
الثاني	3	%30	4	%40
الثالث	3	%30	3	%30
الرابع	4	%40	3	%30
المجموع	10	%100	10	%100

من خلال قراءة الجـــدول (1) بلغت نسبة أفراد المجموعة التجريبية في الصف الثاني 30% ، و نسبتهم في المجموعة الضابطة 40% ، أما طلاب الصف الثالث في كلا المجموعتين فقد

كانت نسبتهم متساوية 30% ، وبلغت نسبة طلاب الصف الرابع في المجموعة التجريبية 40% ، ونسبتهم في المجموعة الضابطة 30%.

تكافؤ أفراد المجموعتين التجريبية و الضابطة:

تم مراعـــاة التجـــانس بين المجموعتين التجريبية و الضابطة حســب متغيرات العمــر و درجة الطالب على مقياس النشاط الزائد ، وفيما يلي وصفا لذلك:

أولا: العمر:

جدول (2)

دلالة الفروق في متغير العمر بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة

المتغير المقاس	نوع المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	مستوى الدلالة
العمر بالسنوات	الضابطة	10	7.9	0.871	0.510	0.60
	التجريبية	10	8.1	0.875		

يتبين من الجدول (2) عدم وجــود فروق ذات دلالـــة إحصائيـــة بين المجموعتين التجريبية و الضابطة مما يعني تكافؤ المجموعتين في متغير العمر.

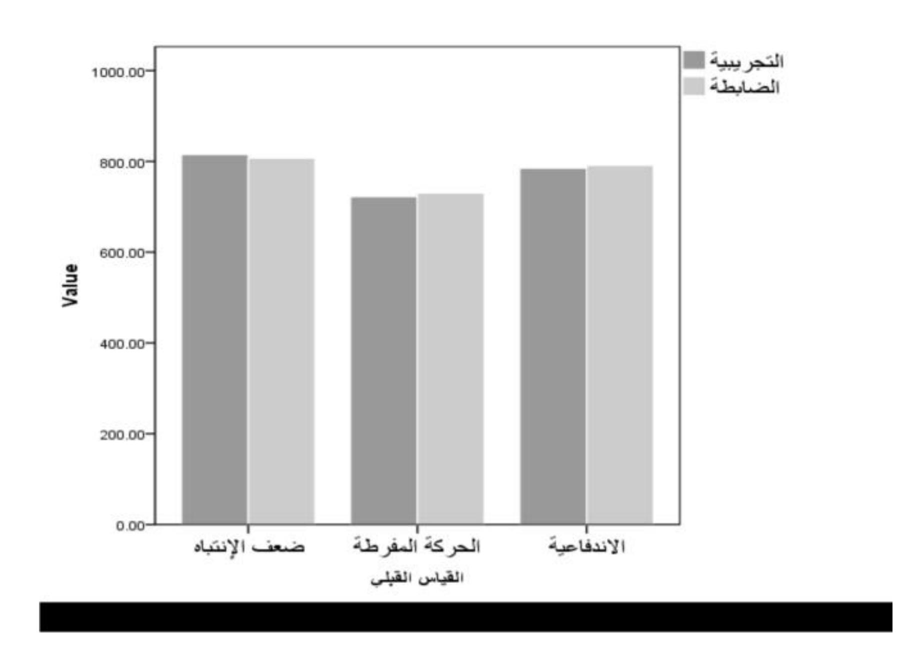
ثانيا : الدرجة على مقياس النشاط الزائد:

جدول (3)

المتوسطات الحسابية و الانحراف المعياري واختبار مان وتني لأداء أفراد المجموعتين على الإختبار القبلي

الأبعاد	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة "Z"	مستوى الدلالة
ضعف الإنتباه	التجريبية	10	93.10	22.198	1.324-	.190
	الضابطة	10	80.7	21		
الحركة المفرطة	التجريبية	10	72.20	18.084	.644-	.529
	الضابطة	10	74.60	13.91		
الإندفاعية	التجريبية	10	70.20	23.121	1.476-	.143
	الضابطة	10	79.10	11.95		
المقياس الكلي	التجريبية	10	235.50	55.327	.416-	.684
	الضابطة	10	234.40	39.609		

يبين الجـــدول (3) تكـــافؤ المجموعتيـــتن على الأبعـــاد : ضعف الإنتباه ، الحركة المفرطة ، الإندفاعية ، و على الصورة الكلية للمقياس على الأداء القبلي ، إذ يتضح من الجدول أعلاه أن مستوى الدلالة في كل الأبعاد كان أكبر عن (0.05) ، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيـة بين متوسطـات درجـات مقياس النشاط الزائد لدى أفراد المجموعتين التجريبيـة والضابطـة ، و هذا يشير إلى تكـافؤ أفـراد المجموعتين في درجـات مقياس النشاط الزائد ككل بصورتيه المدرسية و المنزلية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي ، و الشكل التالي يوضح دلالة الفروق بين متوسطات درجات أبعاد مقياس النشاط الزائد بين أفراد المجموعة التجريبية و الضابطة في القياس القبلي.



الشكل (2)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات أبعاد مقياس النشاط الزائد بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس القبلي .

رابعا : متغيرات الدراسة:

المتغير المستقل: البرنامج الإرشادي الذي تم اعداده من قبل الباحثة و تم تطبيقه على أفراد المجموعة التجريبية.

المتغير التابع: النشاط الزائد بأبعاده الثلاث (ضعف انتباه – حركة مفرطة – اندفاعية) و الذي يعبر عنه بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الطفل على مقياس النشاط الزائد بصورتيه المنزلية و المدرسية ، و الذي تم اعداده من قبل الباحثة.

خامسا: أدوات الدراسة:

استخدمت الباحثة في هذه الدراسة الأدوات التالية:

1 . مقياس النشاط الزائد للمعلم .(إعداد الباحثة)

2 . مقياس النشاط الزائد للوالدين.(إعداد الباحثة)

3 . البرنامج الإرشادي.(إعداد الباحثة)

أولا: مقياس النشاط الزائد :

قامت الباحثة بإعداد مقياس النشاط الزائد بصورتيه المدرسية و المنزلية من خلال مراجعة الدراسات و البحوث السابقة و الأدب النظري و الكتب العلمية الحديثة التي تناولت أعراض النشاط الزائد منها (القرعـــان ، 2006 ؛ السعدي ، 2004 ؛ العتـــوم ، 2007 ؛ سرحان ، 2007 ؛ شولي ، 2004 ؛ الدسوقي ، 2008 ؛ العندس ، 2004 ؛ الدردير، 2004 ؛ قزاقزة ، 2005 ؛ المحكات التشخيصية للدليل التشخيصي و الإحصائي للاضطرابات العقلية النسخة الرابعة المعدلة لعـــام2000 ، زوكو و بنتلير Zukow, Bentier;1978 ؛ كونر .(Conner,1969

و قد تألف المقياس في صورته الأولية من (94) فقرة موزعة على صورتين هما:

1. صورة التقييم المدرسية للمقياس و يحتوي على 47 فقرة.

2 . صورة التقييم المنزلية و يحتوي على 47 فقرة.

و يتكون المقياس بصورتيه المدرسية و المنزلية من ثلاثة أبعاد هي : ضعف الإنتباه – الحركة المفرطة – الإندفاعية ، و تتدرج الإستجابة على فقرات المقياس إلى خمسة مستويات هي : دائما و تأخذ خمس درجات ، غالبا و تأخذ أربع درجات ، أحيانا و تأخذ ثلاث درجات ، نادرا و تأخذ درجتان ، أبدا و تأخذ درجة واحدة ، و بعد اجراء التعديلات اللازمة على المقياس من خلال نتائج التحليلات الإحصائية لمعاملات الإرتباط تكون المقياس في صورته النهائية من (75) فقرة موزعة على صورتين هما :

أ. صورة التقييم المدرسية للمقياس و يحتوي على 42 فقرة.

ب. صورة التقييم المنزلية و يحتوي على 33 فقرة.

و تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بصورتيه المدرسية و المنزلية ما بين (75 – 375) ، أما الدرجات الفرعية على المقياس بصورتيه المدرسية و المنزلية فهي تتوزع على النحو التالي :

أ: مقياس النشاط الزائد (الصورة المدرسية) :

البعد الأول : ضعف الإنتباه و عدد فقراته (16) ، و الدرجة الفرعية على هذا البعد من (16–80) درجة.

البعد الثاني : الحركة المفرطة و عدد فقراته (12) ، و الدرجة الفرعية على هذا البعد من (12–60).

البعد الثالث : الإندفاعية و عدد فقراته (14) ، و الدرجة الفرعية على هذا البعد من (14–70) درجة.

و تتراوح الدرجة الكلية لصورة المقياس المدرسية ما بين (42–210) درجة.

ب : مقياس النشاط الزائد (الصورة المنزلية):

البعد الأول: ضعف الإنتباه وعدد فقراته (11) ، و الدرجة الفرعية على هذا البعد من (11–55) درجة.

البعد الثاني : الحركة المفرطة و عدد فقراته (11) ، و الدرجة الفرعية على هذا البعد من (11–55).

البعد الثالث : الإندفاعية و عدد فقراته (16) ، و الدرجة الفرعية على هذا البعد من (11–55) درجة.

و تتراوح الدرجة الكلية لصورة المقياس المنزلية ما بين (33–165) درجة.

صدق المقياس:

قامت الباحثة بالتحقق من صدق المقياس من خلال حساب صدق الإتساق الداخلي للمقياس حيث قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة مكونة من (22) تلميذا من تلاميذ الحلقة الأولى بمدرسة الرجاء للتعليم الأساسي بمحافظة جنوب الباطنة ، و من خلال النتائج تم حساب معامل الإرتباط بين درجة كل عبارة و الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه .

أولا : مقياس النشاط الزائد (الصورة المدرسية):

جدول (4)

معامل ارتباط كل عبارة مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه للصورة المدرسية للمقياس

البعد	رقم العبارة	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة	البعد	رقم العبارة	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة	البعد	رقم العبارة	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة
ضعف	1	.34	غير دال	الحركة	1	.55	0.01	الإندفاعية	1	.63	0.01
الإنتباه	2	-.188	غير دال	المفرطة	2	.73	0.01		2	.49	0.05
	3	.55	0.01		3	.78	0.01		3	.42	0.05
	4	.86	0.01		4	.58	0.01		4	.62	0.01
	5	.73	0.01		5	.71	0.01		5	.55	0.01
	6	.41	غير دال		6	.70	0.01		6	.68	0.01
	7	.76	0.01		7	.89	0.01		7	.77	0.01
	8	.84	0.01		8	.69	0.01		8	.53	0.05
	9	.79	0.01		9	.89	0.01		9	.49	0.05
	10	.79	0.01		10	.54	0.01		10	.30	غير دال
	11	.82	0.01		11	.69	0.01		11	.44	0.05
	12	.74	0.01		12	.75	0.01		12	.46	0.05
	13	.78	0.01						13	.29	غير دال
	14	.86	0.01						14	.47	0.05
	15	.87	0.01						15	.44	0.05
	16	.73	0.01						16	.71	0.01
	17	.73	0.01								
	18	.78	0.01								
	19	.47	0.05								

يتضح من الجدول (4) أن معاملات الإرتباط ذات دلالة إحصائية بين مستوى 0.01 و 0.05 ، عدا العبارات ذات الأرقام 6-2-1 من بعد ضعف الإنتباه ، و العبارات ذات الأرقام

10 – 13 من بعد الإندفاعية ، و بذلك يصبح عدد عبارات مقياس النشاط الزائد للصورة المدرسية 42 عبارة بعد استبعاد العبارات غير ذات العلاقة.

كما قامت الباحثة بحساب معامل الإرتباط بين الدرجة الكلية للبعد الواحد مع الدرجة الكلية للمقياس ككل للصورة المدرسية ، و الجدول التالي يوضح هذه المعاملات:

جدول (5)

معامل ارتباط الدرجة الكلية للبعد مع الدرجة الكلية للمقياس ككل للصورة المدرسية

البعد	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة
ضعف الإنتباه	.67	0.01
الحركة المفرطة	.75	0.01
الإندفاعية	.70	0.01

يتضح من خلال الجدول (5) أن معاملات الإرتباط لأبعاد المقياس تتراوح بين (–.75 .67) و هي ذات دلالة إحصائية مما يعكس صدق محتوى هذه الأبعاد.

ثانيا : مقياس النشاط الزائد (الصورة المنزلية):

عمدت الباحثة إلى التحقق من صدق هذا المقياس عن طريق الإتساق الداخلي له بحساب معاملات الإرتباط بين عبارات كل بعد من أبعاد المقياس للصورة المنزلية مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ، و الجدول (6) يوضح معاملات الإرتباط.

جدول (6)

معامل ارتباط كل عبارة مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه للصورة المنزلية للمقياس

البعد	رقم العبارة	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة	البعد	رقم العبارة	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة	البعد	رقم العبارة	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة
	1	.28	غير دال	الحركة المفرطة	1	.42	0.05	الإندفاعية	1	.60	0.01
	2	.21	غير دال		2	.60	0.01		2	.60	0.01
	3	.55	0.01		3	.29	غير دال		3	.58	0.01
	4	.60	0.01		4	.72	0.01		4	.38	غير دال
ضعف الإنتباه	5	.73	0.01		5	.79	0.01		5	.71	0.01
	6	.74	0.01		6	.79	0.01		6	.68	0.01
	7	.13	غير دال		7	.80	0.01		7	.63	0.01
	8	.55	0.01		8	.61	0.01		8	.32	غير دال
	9	.12	غير دال		9	.49	0.05		9	.55	0.01
	10	.29	غير دال		10	.81	0.01		10	.66	0.01
	11	.18	غير دال		11	.74	0.01		11	.40	غير دال
	12	.46	0.05		12	.58	0.01		12	.44	0.05
	13	.51	0.05						13	.48	0.05
	14	.57	0.01						14	.47	0.05
	15	.37	غير دال						15	.42	غير دال
	16	.53	0.05						16	.14	غير دال
	17	.55	0.01								
	18	.32	غير دال								
	19	.64	0.01								

يتضح من نتائج الجدول (6) أنه فيما يتعلق بعبارات البعد الأول في مقياس النشاط الزائد فقد جاءت معاملات الإرتباط بين درجات العبارة الواحدة و الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه بين (.46) و (.74) و هي عبارات دالة إحصائيا ، و في البعد الثاني فقد جاءت معاملات الإرتباط بين درجات بنود البعد الثاني و الدرجة الكلية للبعد نفسه بين (.42) و (.81) ، أما معاملات الإرتباط في البعد الثالث فقد كانت بين (.44) و (.71) و هي عبارات دالة إحصائيا

، كما أن الجدول السابق احتوى على عبارات غير دالة إحصائيا في الأبعاد الثلاثة ، ففي بعد ضعف الإنتباه كانت العبارات ذات الأرقام 1-2-7-9-10-11-15-18 غير دالة إحصائيا ، و في بعد الحركة المفرطة كانت العبارة رقم 3 غير دالة إحصائيا ، أما العبارات غير الدالة إحصائيا في بعد الإندفاعية هي ذات الأرقام 4-8-11-15-16، و بذلك يصبح عدد عبارات مقياس النشاط الزائد للصورة المنزلية 33 عبارة.

كما قامت الباحثة بحساب معامل الإرتباط بين الدرجة الكلية للبعد الواحد مع الدرجة الكلية للمقياس ككل للصورة المنزلية ، و الجدول التالي يوضح هذه المعاملات:

جدول (7)

معاملات الإرتباط بين الدرجة الكلية للبعد مع الدرجة الكلية لمقياس النشاط الزائد للصورة المنزلية

البعد	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة
ضعف الإنتباه	.64	0.01
الحركة المفرطة	.81	0.01
الإندفاعية	.79	0.01

يتضح من خلال الجدول (7) أن معاملات الإرتباط لأبعاد المقياس تتراوح بين (81.- 64.) وهي ذات دلالة إحصائية مما يعكس صدق محتوى هذه الأبعاد.

و بناء على النتائج السابقة تصبح أداة الدراسة على درجة مقبولة من الصدق و يمكن الوثوق بها.

ثبات المقياس:

قامت الباحثة بتطبيق أداة الدراسة على عينة قوامها (22) تلميذا من أجل حساب معامل الثبات من خلال استجاباتهم و قد تم استخدام طريقة ألفا كرونباخ للتأكد من ثبات الأداة ، و كانت النتائج كالتالي:

جدول (8)

معامل الثبات ألفا كرونباخ للأداة (الصورة المدرسية)

البعد	معامل الثبات ألفا كرونباخ
ضعف الإنتباه	.760
الحركة المفرطة	.767
الإندفاعية	.735
المجموع الكلي	.814

جدول (9)

معامل الثبات ألفا كرونباخ للأداة (الصورة المنزلية)

البعد	معامل الثبات ألفا كرونباخ
ضعف الإنتباه	.717
الحركة المفرطة	.756
الإندفاعية	.733
المجموع الكلي	.834

من خلال قراءة الجدول (8) و الجدول (9) يتضح بأن قيمة معامل الثبات ألفا كرونباخ لأداة الدراسة ككل تساوي (84.) و هذه القيمة تعتبر مرتفعة ، كما كانت قيم ثبات أبعاد الأداة تتراوح ما بين (76.-71.) ، كما كان معامل الثبات للمقياس ككل بصورتيه المدرسية و المنزلية 844. و بالتالي تشير هذه النتائج إلى أن أداة الدراسة تتمتع بدرجات عالية من الثبات و عليه يمكن الإعتماد على النتائج و الوثوق بها.

ثانيا: البرنامج الإرشادي:

قامت الباحثة بإعداد البرنامج الحالي من خلال المراجعة و الإطلاع على الأدب التربوي و البرامج و الدراسات و البحوث التي اهتمت بتطبيق برامج سلوكية و علاجية لعلاج

اضطراب النشاط الزائد أو المشكلات السلوكية الأخرى ، و في ضوء ذلك تم بناء و إعداد برنامج لخفض اضطراب النشاط الزائد ، و فيما يلي وصف لهذا البرنامج :

الهدف العام من البرنامج:

يهدف البرنامج الإرشادي المعد في هذه الدراسة إلى خفض حدة الأعراض الأساسية لاضطراب النشاط الزائد لدى عينة من تلاميذ الصفوف الثاني و الثالث و الرابع الأساسي ، و ذلك من خلال تطبيق بعضا من الفنيات و الأساليب الإرشادية المختلفة .

الأهداف الخاصة للبرنامج:

بعد الإنتهاء من تنفيذ البرنامج الإرشادي يكون التلاميذ قادرين على :

1. تعريف النشاط الزائد بأبعاده الثلاثة.

2 . ذكر الآثار السلبية الناتجة عن هذا الاضطراب و ما يصاحبه من مشاكل نفسية و اجتماعية و تعليمية.

3 . ممارسة مهارات تركيز الانتباه أثناء أداء المهام.

4 . ممارسة بعض المهارات السلوكية الجديدة التي تساعدهم على خفض حدة النشاط الزائد لديهم مثل : الضبط الذاتي ، الإسترخاء ، خطوات حل المشكلات.

5 . تطبيق بعضا من مهارات اللباقة الإجتماعية وسط المجتمع الذي يعيش فيه التلاميذ كالاستئذان و آداب الطريق.

6 . تنظيم واجباتهم المدرسية و تنظيم أوقاتهم.

جدول (10)

ملخص جلسات البرنامج الإرشادي

رقم الجلسة	الأهداف السلوكية	الفنيات	الوسائل	الواجب البيتي
1	تحقيق التعارف بين أفراد المجموعة	الحوار والمناقشة – المحاضرة	بطاقة التعارف – بطاقة قواعد السلوك الجيد – بطاقة تقييم الجلسة –	ـــــ
2	التعرف على سلوك النشاط الزائد (ماهو – وما هي أعراضه)	الحوار والمناقشة – المحاضرة – الواجب البيتي – التعزيز	عرض صور ومواقف بالبوربوينت – مقطع فيديو – أقلام – سبورة	مجموعة صور يضع علامة (√) تحت الصورة التي تمثل سلوك النشاط الزائد.
3	التعرف على خطوات حل المشكلة	التعزيز– النمذجة – الحوار والمناقشة – لعب الدور – الواجب البيتي	بطاقة خطوات حل المشكلة	أعد ترتيب خطوات حل المشكلة.
4	التعرف على خطوات الضبط الذاتي	الحوار والمناقشة – التعزيز – النمذجة – لعب الدور – الواجب البيتي	بطاقة خطوات الضبط الذاتي – أقلام – السبورة	تدرب على خطوات الضبط الذاتي لحل مشكلة "اللعب بغير هدوء".
5	الضبط الذاتي لخفض الحركة المفرطة	النمذجة – التعزيز – لعب الدور – الواجب البيتي – الحوار والمناقشة	بطاقة خطوات الضبط الذاتي	فكر في حل مشكلة إثارة الفوضى والإزعاج أثناء الحصة الدراسية من خلال التدرب على خطوات الضبط الذاتي وفقا لما تدربت عليه في الجلسة

رقم الجلسة	الأهداف	الفنيات	الوسائل	الواجب البيتي
6	الضبط الذاتي لتحسين مستوى الانتباه	النمذجة – التعزيز – لعب الدور – الواجب البيتي – الحوار والمناقشة	بطاقة خطوات الضبط الذاتي	تدرب على خطوات مهارة الضبط الذاتي لزيادة مستوى انتباهك لشرح المعلمة أثناء الحصة وفقا لما تدربت عليه في الجلسة.
7	الضبط الذاتي لخفض بعضا من أعراض السلوك الإندفاعي	النمذجة – التعزيز – لعب الدور – الواجب البيتي – الحوار والمناقشة	بطاقة خطوات الضبط الذاتي	تدرب على خطوات الضبط الذاتي لتعويد نفسك على انتظار دورك أثناء لعبك مع زملاءك أو اخوانك
8	تحسين مستوى سلوك الإنتباه	اللعب – التعزيز– الحوار والمناقشة – الواجب البيتي	المقارنة بين صورتين – لعبة الكترونية "هذه البطاقة مع هذه البطاقة" – لعبة تصنيف الألوان	لديك مجموعة من الصور المطلوب منك تصنيفها في مجموعات بحسب العامل المشترك بينها
9	تابع/ تحسين مستوى سلوك الإنتباه	اللعب – التعزيز – تكلفة الإستجابة – الواجب البيتي	لعبة مصورة على لوح كرتوني مقسمة إلى أجزاء – مجموعة من الأدوات (مقص ، قلم)– صحن – حبوب	لقد انتهى محمد من اللعب في حديقة منزلهم وهو الآن يريد العودة إلى البيت وأمامه متاهة ولا يعرف أي طريق يسلك . ساعد محمد في تخطي المتاهة وأوصله إلى المنزل فأنت قادر على ذلك.
10	التقيد باتباع التعليمات و الأوامر	التعزيز – اللعب – تكلفة الإستجابة – الواجب البيتي –	مجسم برج ايفل	أمامك قصة مصورة مبعثرة تبين نتيجة عدم اتباع التعليمات والأوامر، قم بترتيب هذه القصة وبين لي ما استفدته من هذه القصة
11	التزام الطفل بتنظيم جدوله اليومي	التعزيز – الحوار و المناقشة – الواجب البيتي	مقطع فيديو كرتوني – جدول تنظيم الوقت	أمامك صور مبعثرة ليوميات طالب مجد ومنظم ، رتب هذه اليوميات ترتيبا صحيحا ومنظما.

رقم الجلسة	الأهداف	الفنيات	الوسائل	الواجب البيتي
12	التزام الطفل بأداء واجباته المنزلية	الحوار والمناقشة – التعزيز – الواجب البيتي – محاضرة مبسطة	قصة – مفكرة تدوين الواجبات المنزلية	أكلف المجموعة بواجب بيتي وأتابع كيف سيسجلون هذا الواجب في المفكرة بطريقة صحيحة.
13	محافظة الطفل على أدواته الشخصية وعلى أدوات الآخرين	لعب الدور – الحوار و المناقشة – التعزيز – الواجب البيتي – محاضرة مبسطة	قصة – صور– أدوات (قلم سليم وآخر مكسور ، ألوان جف حبره وألوان سليم وأخيره وين الأفضل لك.	أمامك مجموعة صور ضع علامة (√) تحت السورة التي تمثل السلوك الصحيح للمحافظة على الأدوات الشخصية وأدوات الآخرين
14	احترام قوانين اللعب (الزمان – المكان – التزام الهدوء أثناء اللعب)	الحوار والمناقشة – التعزيز – تكلفة الإستجابة – الواجب البيتي	ألعاب– صور لأماكن اللعب المناسبة وغير المناسبة	اقرأ قصة حسام التي أمامك واستخرج منها السلوكيات الخاطئة التي قام بها عمر أثناء لعبه مع زملائه
15	تنمية مهارات التفاعل الإجتماعي في المنزل "مهارة آداب الإستئذان"	التعزيز، النمذجة لعب الدور، الحوار و المناقشة ،الواجب البيتي ، المحاضرة	مقطع فيديو كرتوني – قصة قصيرة مصورة	اقرأ قصة ندى التي دخل عليها أخوها بدون استئذان وهي تغير ملابسها ، واستنتج الدروس المستفادة من القصة.
16	تنمية مهارات التفاعل الإجتماعي في المدرسة (الإحترام)	التعزيز – النمذجة – لعب الدور – الحوار و المناقشة – الواجب البيتي	مقطع فيديو كرتوني – قصة مصورة – حاسوب – بروكسيما	أمامك مجموعة من الصور ضع علامة (√) تحت الصورة التي تمثل سلوك الإحترام.

رقم الجلسة	الأهداف	الفنيات	الوسائل	الواجب البيتي
17	تنمية مهارات التفاعل الإجتماعي في الطريق (المشي بهدوء)	التعزيز – النمذجة – لعب الدور – الحوار والمناقشة – الواجب البيتي	مقطع فيديو آداب الطريق – مشهد تمثيلي	أمامك مجموعة صور ضع علامة (√) تحت الصورة التي تمثل آداب الطريق الصحيحة.
18	الإلتزام بعدم مقاطعة الآخرين في حديثهم	الحوار والمناقشة – التعزيز – الواجب البيتي – لعب الدور	مقطع فيديو كرتوني آداب الحديث– مشهد تمثيلي	أمامك مجموعة صور لمواقف معينة بين كيف ستتصرف لو كنت أنت في هذا الموقف.
19	التدرب على الإسترخاء	الحوار والمناقشة – الإسترخاء – التعزيز – الواجب البيتي – النمذجة	أقلام– صور– سبورة	تدرب على ما تعلمته اليوم في المنزل
20	التدرب على الإسترخاء	الحوار والمناقشة – التعزيز – الإسترخاء – الواجب البيتي –	أقلام– صور– سبورة	تدرب على ما تعلمته اليوم في المنزل
21	تقييم الأهداف السلوكية السابقة من خلال موقف تعليمي في مادة الرياضيات	التعزيز – تكلفة الإستجابة – الحوار والمناقشة – الواجب البيتي	بطاقات – أقلام تلوين – أقلام سبورة – أوراق	يحل مجموعة أسئلة في المنزل في مادة الرياضيات

رقم الجلسة	الأهداف	الفنيات	الوسائل	الواجب البيتي
22	تقييم الأهداف السلوكية السابقة من خلال موقف تعليمي في مادة اللغة العربية	التعزيز – تكلفة الإستجابة – الحوار والمناقشة – الواجب البيتي	بطاقات – أقلام تلوين – أقلام سبورة – أوراق	يحل مجموعة أسئلة في المنزل في مادة اللغة العربية
23	تقييم الأهداف السلوكية السابقة من خلال موقف تعليمي في مادة اللغة الانجليزية	التعزيز – تكلفة الإستجابة – الحوار والمناقشة – الواجب البيتي	بطاقات – أقلام تلوين – أقلام سبورة – أوراق	يحل مجموعة أسئلة في المنزل في مادة اللغة الانجليزية
24	التقييم النهائي	الحوار والمناقشة –التعزيز	أوراق –أقلام – بالون – حلويات	ـــــــ

مخطط الجلسة الإرشادية:

تسير كل جلسة ارشادية في البرنامج وفق مخطط معين يضم:

- عنوان الجلسة
- تاريخ تنفيذ الجلسة و المدة الزمنية لتنفيذها ، و مدة كل جلسة (40) دقيقة.
- الهدف العام للجلسة و الأهداف الخاصة لها.
- الأساليب و الفنيات الإرشادية المستخدمة لتحقيق أهداف الجلسة.
- الأدوات المعينة على تحقيق أهداف الجلسة.
- محتوى الجلسة أو إجراءات تنفيذ الجلسة و الذي يشتمل على مجموعة الممارسات و الأنشطة التي يتم تنفيذها أثناء الجلسة .
- تكليف الأعضاء بواجب بيتي لمناقشته في بداية الجلسة التالية.

صدق البرنامج الإرشادي:

لقد تم عرض البرنامج على مجموعة من المحكمين ملحق رقم (6) من أجل تحكيم البرنامج و مدى ملاءمته في علاج الأعراض الأساسية لاضطراب النشاط الزائد لمستوى الصفوف الثاني و الثالث و الرابع الأساسي ، و إبداء آرائهم و ملاحظاتهم حول الجلسات الإرشادية من حيث عددها و مدة كل جلسة و الأساليب الإرشادية المستخدمة فيها و ترتيبها ، وإضافة أية مقترحات أو إضافات يرونها مناسبة للبرنامج ، و على ضوء ذلك تم إجراء التعديلات على البرنامج وفق آراء المحكمين ، حيث تم اجراء بعض التعديلات في ترتيب الجلسات الرابعة و الخامسة و تعديل الواجب البيتي للجلسة الثانية ، وتعديل في صياغة بعض عبارات أهداف بعض الجلسات كهدف الجلسة الثالثة الذي كان "اكتساب مهارة خطوات حل المشكلة " تم تعديل الهدف ليكون " التعرف على خطوات حل المشكلة" .

مراحل البرنامج الإرشادي:

يتكون البرنامج الإرشادي المعد من ست مراحل هي : مرحلة ما قبل البرنامج ، مرحلة البدء ، مرحلة الإنتقال ، مرحلة البناء ، مرحلة الإنهاء ، مرحلة مابعد البرنامج ، وفيما يلي وصف لهذه المراحل:

جدول (11)

مراحل البرنامج الإرشادي

مراحل البرنامج	الأهداف	الجلسات
مرحلة ما قبل البرنامج	- شرح و توضيح الهدف من هذه الدراسة لمديرة المدرسة. - الإتفاق مع مديرة المدرسة على مكان و وقت تنفيذ الجلسات الإرشادية.	ـ
	- تهيئة أعضاء المجموعة التجريبية للمشاركة في البرنامج الإرشادي - أخذ الموافقة الكتابية من أولياء أمور أعضاء المجموعة التجريبية.	الجلسة التمهيدية
مرحلة البدء	- التعارف و بناء الثقة بين أعضاء المجموعة. - التعريف بالهدف العام للبرنامج الإرشادي. - الإتفاق على شروط البرنامج ، و على قواعد السلوك الجيد.	الجلسة (1)

مرحلة الإنتقال	- تعريف مفهوم النشاط الزائد ، و أهم المشكلات و الآثار السلبية الناجمة عنه.	الجلسة (2)
مرحلة البناء	- تعريف الأعضاء خطوات حل المشكلات. - تعريف الإعضاء خطوات الضبط الذاتي لخفض الحركة المفرطة. - تعريف الاعضاء خطوات الضبط الذاتي للانتباه. - تعريف أعضاء المجموعة خطوات الضبط الذاتي لخفض بعضا من أعراض السلوك الإندفاعي. - تحسين مستوى سلوك الانتباه لأعضاء المجموعة. - التدريب على اتباع التعليمات و الأوامر. - التدريب على تنظيم الجدول اليومي. - التدريب على الإلتزام بأداء الواجبات المنزلية. - المحافظة على الأدوات الشخصية و على أدوات الآخرين. - التدريب على احترام قوانين اللعب (الزمان – المكان – التزام الهدوء أثناء اللعب). - تنمية مهارات التفاعل الإجتماعي (المنزل). - تنمية مهارات التفاعل الإجتماعي (المدرسة). - عدم مقاطعة الآخرين. - اكساب أعضاء المجموعة مهارة الإسترخاء. - مواقف تعليمية في مادة الرياضيات. - مواقف تعليمية في مادة اللغة العربية. - مواقف تعليمية في مادة اللغة الإنجليزية.	الجلسة (3-23)
مرحلة الإنهاء	- إنهاء البرنامج الإرشادي. - التحقق من فاعلية البرنامج الإرشادي.	الجلسة 24
مرحلة ما بعد البرنامج	- اجراء قياس المتابعة للمجموعة التجريبية للتحقق من استمرار فاعلية البرنامج الإرشادي.	جلسة المتابعة

سادسا: المعالجات الإحصائية:

اعتمدت الباحثة في تحليل بيانات الدراسة الحالية على البرنامج المحوسب للعلوم الإجتماعية spss-18 ، و من المعالجات التي تم استخدامها:

1 . المتوسطات الحسابية و الإنحرافات المعيارية لدرجات مقياس النشاط الزائد لأفراد المجموعتين التجريبية و الضابطة في القياس القبلي و البعدي والمتابعة.

2 . معامل ارتباط بيرسون لحساب الصدق الترابطي لمقياس النشاط الزائد.

3 . معامل الإتساق الداخلي ألفا لكرونباخ لحساب ثبات مقياس النشاط الزائد المستخدم في الدراسة الحالية.

4 . اختبار مان وتني لإيجاد دلالة الفروق بين أفراد المجموعتين التجريبية و الضابطة في القياس القبلي و البعدي .

5 . اختبار ويلكوكسون لإيجاد دلالة الفروق بين أفراد المجموعة التجريبية في قياس المتابعة

الفصل الرابع : نتائج الدراسة:

- النتائج المتعلقة بالفرض الأول.
- النتائج المتعلقة بالفرض الثاني.

الفصل الرابع

نتائج الدراسة

يتناول هذا الفصل من الدراسة عرض النتائج التي تم التوصل إليها ، حيث قامت الباحثة باستخدام اختبار مان وتني Mann Whitney – test لاستخراج دلالة الفروق احصائيا بين المجموعتين التجريبية و الضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي ، و استخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon– test للكشف عن استمرار فاعلية البرنامج الإرشادي على قياس المتابعة للمجموعة التجريبية ، بالإضافة إلى استخدام التمثيلات و الرسومات البيانية.

النتائج المتعلقة بالفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه : " توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في مقياس النشاط الزائد بعد تطبيق البرنامج ".

و للتأكد من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار مان وتني Mann Whitney – test للمقارنة بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي على أبعاد النشاط الزائد و على المقياس ككل و الجدول (12) يوضح هذه النتائج.

جدول (12)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية و الضابطة في أبعاد مقياس النشاط الزائد بعد تطبيق البرنامج :

الأبعاد	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة Z	مستوى الدلالة
ضعف الانتباه	التجريبية	10	59.9	18.17	−2.273	0.023
	الضابطة	10	79	20.68		
الحركة المفرطة	التجريبية	10	55.8	20.05	−2.192	0.028
	الضابطة	10	73.4	13.74		
الإندفاعية	التجريبية	10	62	15.44	−2.572	0.010
	الضابطة	10	78.7	11.5		
المقياس ككل	التجريبية	10	170.0	32.769	−3.214	0.000
	الضابطة	10	231.1	38.2		

يتضح من الجدول (12) أن مستوى الدلالة في أبعاد النشاط الزائد كان أقل من 0.05 ، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة تعزى للبرنامج الإرشادي لصالح المجموعة التجريبية .

كما يتضح من خلال الجدول أن مستوى الدلالة على مقياس النشاط الزائد ككل بين أفراد المجموعتين كان أقل من 0.05 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين أفراد المجموعة التجريبية و الضابطة لصالح المجموعة التجريبية تعزى للبرنامج الإرشادي.

النتائج المتعلقة بالفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه : " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين درجات متوسطات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي و المتابعة "

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار ويلكوكسون Wilcoxon test للكشف عن استمرار فاعلية البرنامج الإرشادي الذي خضع له أفراد المجموعة التجريبية والجدول (13) يوضح النتائج:

جدول (13)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية على القياسين البعدي و المتابعة

البعد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
ضعف الانتباه	4.3	26	-1.120	0.63
الحركة المفرطة	5.5	38.5	-1.123	0.262
الاندفاعية	5.13	41	-1.379	0.168
المقياس ككل	4.8	38.5	-1.919	0.055

توضح نتائج الجدول (13) أن مستوى الدلالة في أبعاد النشاط الزائد أكبر من 0.05 مما يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي و المتابعة كما يتضح من خلال الجدول ذاته أن مستوى الدلالة في مقياس النشاط الزائد ككل لأفراد المجموعة التجريبية أكبر من 0.05 مما يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي و المتابعة مما يشير إلى استمرارية فاعلية البرنامج الإرشادي الذي خضع له أفراد المجموعة التجريبية.

الفصل الخامس: مناقشة نتائج الدراسة والتوصيات:

- مناقشة النتائج المتعلقة بالفرض الأول
- مناقشة النتائج المتعلقة بالفرض الثاني
- توصيات الدراسة
- البحوث المقترحة

الفصل الخامس

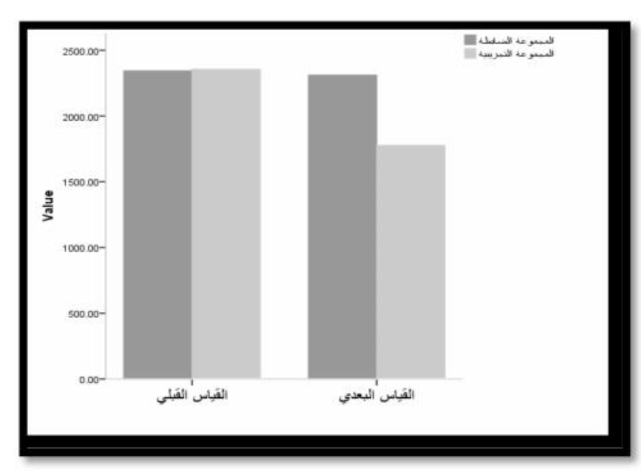
مناقشة نتائج الدراسة و التوصيات

يتضمن هذا الفصل عرضا لمناقشة نتائج الدراسة التي تم التوصل إليها ، بالإضافة إلى عرض التوصيات و المقترحات التي خرجت بها هذه الدراسة.

أولا: مناقشة النتائج المتعلقة بالفرض الأول:

و ينص الفرض على أنه : " توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة $(\alpha \leq 0.05)$ بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في مقياس النشاط الزائد بعد تطبيق البرنامج".

أشارت نتائج اختبار مان وتني Man–Whitney–test إلى وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة $(\alpha \leq 0.05)$ بين متوسطات درجات مقياس النشاط الزائد بين أفراد المجموعة التجريبية و الضابطة لصالح أفراد المجموعة التجريبية الذين خضعوا للبرنامج الإرشادي و الشكل (3) يوضح ذلك.



الشكل (3)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات مقياس النشاط الزائد بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس القبلي و البعدي (بعد تطبيق البرنامج).

يتضح من خلال الشكل (3) دلالة الفروق بين متوسطات درجات مقياس النشاط الزائد بين أفراد المجموعة التجريبية و الضابطة في القياس القبلي و البعدي ، حيث يتضح أن متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية و الضابطة متقاربة جدا على مقياس النشاط الزائد في القياس القبلي أي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي ، بينما في القياس البعدي أي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي يتضح الفارق بين متوسطات درجات مقياس النشاط الزائد لأفراد المجموعتين التجريبية و الضابطة حيث كانت درجات أفراد المجموعة التجريبية أقل بالمقارنة مع درجات أفراد المجموعة الضابطة مما يدل على فاعلية البرنامج الإرشادي الذي خضعت له المجموعة التجريبية لخفض أعراض النشاط الزائد.

وقد كان البرنامج الإرشادي أكثر فاعلية على بعد "الإندفاعية" حيث كان مستوى الدلالة على هذا البعد بعد تطبيق البرنامج .010 ، ويليه بعد "ضعف الإنتباه" حيث كان مستوى الدلالة على هذا البعد بعد تطبيق البرنامج .023 ، وأخيرا بعد "الحركة المفرطة" حيث كان مستوى الدلالة بعد تطبيق البرنامج .028.

و بالنظر إلى النتائج السابقة يتضح بأن التطور و التحسن في درجات مقياس النشاط الزائد لدى أفراد المجموعة التجريبية يرجع إلى البرنامج الإرشادي الذي تعرضوا له بما يتضمنه من فنيات و أساليب متنوعة.

و قد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج عدد من الدراسات العربية و الأجنبية منها دراسة (شولي ، 2004) التي هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشاد جمعي في خفض النشاط الزائد كما اتفقت مع نتائج دراسة (القرعان ، 2006) و التي هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج تدريبي سلوكي معرفي في معالجة الأعراض الأساسية لاضطراب النشاط الزائد ، كذلك اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة هورن و ايالونجو و جرينبرج و باكارد و وينبيري (Horn , Ialongo , Greenberg , Bakard , Winberry , 1990) و التي هدفت إلى التعرف على فاعلية أساليب تعديل السلوك و السلوك المعرفي في معالجة الأعراض الأساسية للنشاط الزائد ، و كذلك دراسة فرولش و دوبنر و ليمكول (Froelich , Doepfner , Lehmkuhl , 2002) والتي هدفت إلى تقييم فاعلية برنامج سلوكي معرفي من أجل خفض الأعراض الأساسية للنشاط الزائد ، كما اتفقت نتائج الدراسة الحالية أيضا مع نتائج دراسة ميراندا و بريسنتن و سوريانو (Miranda , Presentacion , Soriano , 2002) و التي تهدف إلى تقصي فاعلية برنامج متعدد المحاور لمعالجة النشاط الزائد.

كما جاءت نتائج هذه الدراسة متفقة مع نتائج دراسات أخرى استخدمت أساليب و فنيات معينة لخفض النشاط الزائد قد استخدمتها الدراسة الحالية كأساليب و فنيات ضمن برنامجها الإرشادي منها دراسة بندر و ديكسون و جيزي (Binder , Dixon , Ghezzi , 2000) التي استخدمت الضبط الذاتي كأسلوب لمعالجة السلوك الإندفاعي للأطفال ، و كذلك دراسة (العتوم ، 2007) التي هدفت إلى تقصي أثر اللعب و التعزيز الرمزي في تحسين الإنتباه و خفض النشاط الزائد ، و دراسة (الإمام ، 2004) و التي هدفت إلى دراسة فاعلية التدعيم في علاج ضعف الإنتباه المصحوب بالنشاط الزائد ، و دراسة (السعدي ، 2003) لتقصي أثر التعزيز الرمزي لخفض سلوك النشاط الزائد.

كذلك اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسات أخرى استخدمت برامج إرشادية مختلفة لمعالجة النشاط الزائد كدراسة (سرحان ، 2007) التي هدفت للتعرف على أثر برنامج مقترح لجمباز الألعاب و الموانع لخفض النشاط الزائد ، و دراسة (العيسائي ، 2010) و التي هدفت للتعرف على مدى فاعلية برنامج تدريبي باستخدام الحاسب الآلي لخفض النشاط الزائد.

و تعزى نتائج الدراسة الحالية إلى جو الالفة و المحبة و التعاون و الإحترام بين المرشدة و أفراد المجموعة التجريبية طوال فترة البرنامج الإرشادي ، كما قامت المرشدة بتبصير أعضاء المجموعة بمفهوم اضطراب النشاط الزائد و عواقبه و سلبياته عليهم و على مستواهم الدراسي و على علاقاتهم مع أقرانهم و والديهم.

و تفسر الفروق بين متوسطات درجات افراد المجموعة التجريبية و متوسطات أفراد المجموعة الضابطة إلى فاعلية التدخل الإرشادي الذي تم خلال البرنامج الإرشادي و الذي وجه للمجموعة التجريبية دون الضابطة ، حيث يذكر (زهران ، 2002 ، 34) أن الفرد و الجماعة يحتاجون إلى التوجيه و الإرشاد في كل مرحلة من مراحل النمو و التي قد يصادف فيها الفرد مشكلات عادية و فترات حرجة مما يؤكد الحاجة إلى التوجيه و الإرشاد ، و ذلك نظرا لأن الحاجة إلى التوجيه و الإرشاد من أهم الحاجات النفسية مثلها مثل الأمن و الحب.

كما يعود نجاح البرنامج الإرشادي إلى اعتماده على مبادئ النظرية السلوكية التي تشير إلى أن السلوك يمكن أن يتغير عن طريق إجراء تعديل في بيئة الطفل ، و في هذا الصدد يذكر (عبدالمعطي ، 2001 ، 260) أن العلاج السلوكي المعرفي يقوم على تدريب الأطفال الذين يعانون من مشكلات في الإنتباه و النشاط الزائد على اكتساب مهارات التخطيط و حل المشكلات و ضبط الذات و التحكم الذاتي و طاعة أوامر الوالدين و كيفية التعامل مع الأقران من خلال تنمية مهارات التفاعل الإجتماعي و إعادة تنظيم الذات.

كما أن الدمج بين فنيات العـلاج المعرفي مثل الضبط الذاتي و فنيات العلاج السلوكي كالتعزيز و النمذجة قد ساهم بشكل كبير في نجـاح البرنامـج الإرشـادي مما أدى إلى تحسن في عمليات الإنتباه و خفض الحركة المفرطة الزائدة لديهم.

كما يعود التحسن الذي ظهر على أفراد المجموعة التجريبية إلى تعريض أفراد العينة لآليات البرنامج الإرشادي و لأساليب و تدريبات جديدة لم يألفها أفراد المجموعة التجريبية مقارنة مع الطرق التقليدية التي يستخدمها المعلمون في ضبط النشاط الزائد ، فقد ساهمت فنية النمذجة في مساعدة أعضاء المجموعة التجريبية على مشاهدة نماذج السلوك السوي من خـلال عرض مقاطـع فيديو تبين لهم السلوكيات الصحيحة و عرض صور لهم ، و هذا ما يشير إليه (عقل ، 2000 ، 314) إلى أن "النمذجة تستخدم في بناء السلوكيات المرغوبة و تعديل السلوكيات الرديئة ، و تظهر النمذجة كاسلوب لتعديل السلوك في أبسط صورة في مدارسنا ، فإذا أردنا أن نعلم طالبا الإنضباط الصفي أو النظافة أو المشاركة أو القيام بالواجبات عمدنا إلى نقله إلى جانب طالب مجد يعتبره نموذجا له فيلاحظه و يقتدي به و يتعلم منه السلوكيات المرغوبة" .

كما قام ويسبورد وكوبلندا (Copeland & Weissbord,1980) بدراسة هدفت للتعرف على أثر النمذجة الإجتماعية على السلوك المتعلق بالنشاط الزائد و توصلت الدراسة إلى أن الأطفال ذوي النشاط الزائد أكثر استجابة لتعليمات النموذج من الأطفال العاديين ، و كان النموذج عبارة عن ولد يصدر سلوكيات معينة من خلال فيلم تسجيلي .

كما ساهمت فنية لعب الدور في مساعدة أفراد المجموعة التجريبية على ضبط سلوكهم ، حيث قام الأعضاء بتمثيل بعض المواقف وأداء بعض الأدوار ومن ثم تقديم التغذية الراجعة المناسبة لهم لتحديد السلوكيات السوية و غير السوية ، و تعمل هذه الفنية على زيادة وعي الفرد و إدراكه لمشكلته و تدفعه لتعلم السلوك السوي حيث يذكر (عقل ، 2000 ، 326) أن لعب الدور من الأساليب الإرشادية التي يعاد فيها تنظيم و بناء المجال النفسي و الإجتماعي للفرد من جديد و تحقيق الإستبصار بمشكلته و من ثم تعلم السلوك الجديد.

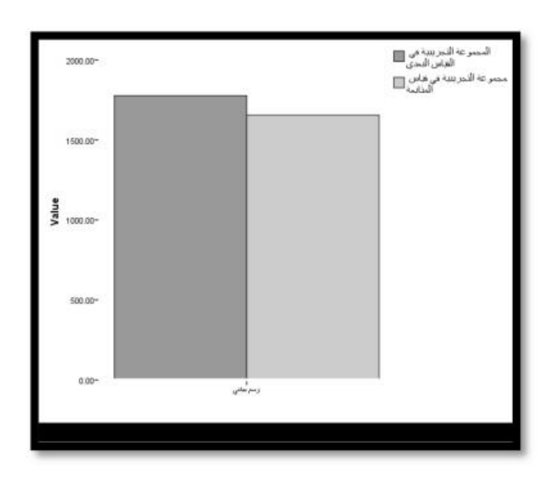
كما ساعدت فنية التعزيز أفراد المجموعة التجريبية على ضبط سلوكهم و زيادة تعلمهم للسلوكيات المرغوبة و يشير (زهران ، 2002 ، 104) أن سكنر أكد على أنه من الأفضل و الأكثر فاعلية تعزيز التعليم الصحيح بإثابته أكثر من العقاب على التعلم غير الصحيح.

فاستخدام أسلوب التعزيز المتكرر خلال الجلسات سواء كان بالمدح أو هدايا رمزية أو الحصول على نجمة يتم استبدالها في نهاية كل أسبوع بهدية أدى إلى شعور الأفراد بالنجاح المتكرر مما دفعهم إلى محاولة أداء المهمات الأكاديمية و إظهار السلوكيات المقبولة من أجل المحافظة على فرص النجاح و بالتالي الحصول على التعزيز.

ثانيا: مناقشة نتائج الفرض الثاني:

و ينص الفرض على أنه : " لاتوجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في مقياس النشاط الزائد في القياس البعدي و المتابعة".

و قد أشارت نتائج اختبار ويلكوكسون Wilcoxon إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات مقياس النشاط الزائد في القياس البعدي و المتابعة لأفراد المجموعة التجريبية .



الشكل (4)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات مقياس النشاط الزائد بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والمتابعة

من خلال الشكل (4) السابق يتضح استمرارية فاعلية البرنامج الإرشادي لخفض النشاط الزائد لدى أفراد المجموعة التجريبية من خلال المقارنة بين درجاتهم في القياسين البعدي و المتابعة.

حيث يتضح أن متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية متقاربة جدا على مقياس النشاط الزائد في القياس البعدي و المتابعة مما يدل على استمرارية فاعلية البرنامج الإرشادي الذي خضعت له المجموعة التجريبية لخفض أعراض النشاط الزائد.

و يفسر استمرارية فاعلية البرنامج الإرشادي إلى الممارسة من قبل أعضاء المجموعة التجريبية لمختلف المهارات التي تعرفوا عليها وطبقوها خلال جلسات البرنامج ، و لأن البرنامج الإرشادي هيأ فرصا للتفاعل أمام الأعضاء من خلال التوضيح لأشكال التفاعل السوي و الذي أكد على اهميـــة احترام النظم و القوانين المدرسية وذلك عن طريق التعرف على أشكال النشاط الزائد و الإبتعاد عنه تمثلا للسلوك السوي و إبراز الآثار الإيجابية له ، كما أن البرنامج قد زود الأعضاء بعضا من المهارات والممارسات التي طبقوها بشكل متكرر و تفاعلوا معها ومن ثم

قاموا بتطبيقها و ترحيلها في واقعهم و في المواقف التعليمية المختلفة مثل ممارسة مهارة الضبط الذاتي و الإسترخاء.

كما ترجع استمرار فاعلية البرنامج الإرشادي على أفراد المجموعة التجريبية في القياس التتبعي إلى استمرار تعاون المعلمات مع الباحثة في كيفية التعامل مع الطلاب ذوي النشاط الزائد.

التوصيات:

في ضوء ما توصلت إليه هذه الدراسة من نتائج توصي الباحثة بالآتي:

1 . الإستفادة من الأساليب الإرشادية واجراءات البرنامج الذي تم اعداده في هذه الدراسة من قبل الأخصائيين و المعلمين و المرشد النفسي لخفض النشاط الزائد لدى طلبة الحلقة الأولى في سلطنة عمان.

2 . عقد دورات تدريبية لتدريب القائمين في المدارس كالمعلمين على كيفية التعامل مع الطلاب ذوي النشاط الزائد و تدريبهم على فنيات وأساليب هذا البرنامج و توظيفه داخل غرفة الصف .

3 . ضرورة الكشف عن الطلبة ذوي النشاط الزائد في المدارس و تقديم الخدمات العلاجية لهم.

4 . ضرورة التعاون بين المدرسة و المنزل للتغلب على المشكلات التي يعاني منها الأطفال ذوي النشاط الزائد.

5 . ضرورة عقد دورات تدريبية لأولياء أمور أطفال ذوي النشاط الزائد بهدف تبصيرهم إلى كيفية التعامل مع أبنائهم.

الدراسات والبحوث المقترحة:

من خلال ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية تقترح الباحثة الدراسات والبحوث الآتية:

1 . فاعلية برنامج إرشادي لخفض النشاط الزائد لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في سلطنة عمان.

2 . فاعلية برنامج إرشادي لخفض النشاط الزائد لدى ذوي الإعاقة العقلية البسيطة في سلطنة عمان.

3 . اضطراب النشاط الزائد و علاقته بالمتغيرات الأسرية و سمات الشخصية في سلطنة عمان.

5 . النشاط الزائد و علاقته بالمستوى التحصيلي لدى الأطفال في سلطنة عمان.

قائمة المراجع:

أولا : المراجع العربية.

ثانيا : المراجع الأجنبية.

المراجع العربية:

إبراهيم ، صافيناز أحمد كمال (2008) . فاعلية البرامج الإرشادية و العلاجية في خفض اضطرابات الانتباه لدى الأطفال "دراسة تقويمية" . **كلية التربية والعلوم الإنسانية بجامعة طيبة** ، المدينة المنورة.

إبراهيم ، علا (1999) . علاج النشاط الزائد لدى الأطفال باستخدام برامج تعديل السلوك. القاهرة : دار الجريسي .

إبراهيم ، معصومة أحمد (2003) . اضطراب عجز الإنتباه و فرط النشاط و علاقتها ببعض المتغيرات الديموجرافية و سمات الشخصية. **دراسات عربية في علم النفس ، 2** (2) ، ص ص11-56.

إبراهيم ، سامية موسى (2002) . اضطراب النشاط الزائد و علاقته ببعض المتغيرات الأسرية . رسالة ماجستير منشورة . **مجلة القراءة و المعرفة ، (17)** ، ص ص 106 – 132.

أبوجادو ، صالح محمد (2004) . علم النفس التطوري الطفولة و المراهقة . عمان : دار المسيرة .

أبوحماد ، ناصر الدين (2008) . تعديل السلوك الإنساني و أساليب حل المشكلات السلوكية. عمان : عالم الكتب الحديث .

أبوطالب ، منى عزالدين محمد (2010) . عادات النوم لدى الأطفال ذوي اضطراب قصور الإنتباه / فرط الحركة مقارنة بالأطفال الأسوياء في المرحلة العمرية من 12-7 سنة . **دراسات الطفولة ، مصر ، 9** (33) ، ص ص372- 373.

أحمد ، السيد علي و بدر ، فائقة محمد (1999) . اضطراب الإنتباه لدى الأطفال أسبابه و تشخيصه و علاجه . القاهرة : مكتبة النهضة المصرية.

الإمام ، محمد (2004) . فاعلية التدعيم في علاج قصور الإنتباه و فرط النشاط لدى أطفال غرف المصادر بمدارس التعليم الأساسي . **مجلة القراءة و المعرفة** ، (**23**) ، ص ص129-155.

أوزي ، أحمد (2008) . الأطفال ذوو النشاط الحركي الزائد ، التشخيص و العلاج . **مجلة التربية بالبحرين** ، (**25**) ، ص ص 114-117.

الببلاوي ، ايهاب و عبدالحميد ، أشرف و سليمان ، عبدالرحمن (2007) . التقييم و التشخيص في التربية الخاصة . الرياض : دار الزهراء .

بدر ، فائقة محمد (2001) . أساليب المعاملة الوالدية ومفهوم الذات وعلاقة كل منهما بالسلوك العدواني لدى عينة من تلميذات المرحلة الإبتدائية بجدة. **مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية و الإجتماعية و الإنسانية ، 3** (2) ، ص ص37-59.

بدوي ، أحمد زكي (1983) . معجم مصطلحات العلوم الإجتماعية . بيروت : مكتبة لبنان.

بشناق ، رأفت محمد (٢٠٠١) . سيكولوجيا الأطفال دراسة في سلوك الأطفال و اضطراباتهم النفسية . بيروت : دار النفائس .

بطرس ، حافظ بطرس (2007) .إرشاد الأطفال العاديين . عمان : دار المسيرة .

جريسات ، رائدة عيسى (2010) . العوامل المؤثرة في انتشار ظاهرة ضعف الانتباه و النشاط الزائد لدى عينة من طلاب المدراس الأردنية. **المجلة التربوية ، مصر ، (28)** ، ص2-27.

الجعافرة ، حاتم (2008) . الإضطرابات الحركية عند الأطفال . عمان : دار أسامة .

الحامد ، جمال (2002) . اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة لدى الأطفال أسبابه وعلاجه . سلسلة اصدارات أكاديمية التربية الخاصة ، الرياض.

حسن ، نبيل السيد (1996). دراسة لبعض القدرات العقلية والمتغيرات الفسيولوجية من حيث علاقتها بالنشاط الزائد لدى الأطفال. **المجلة المصرية للدراسات النفسية** ، **6**(15) ، ص ص181-211.

حسين ، طه عبدالعظيم (2004) . الإرشاد النفسي (النظرية ، التطبيق ، التكنلوجيا). عمان : دار الفكر .

حسين ، طه عبدالعظيم (2008) . استراتيجيات تعديل السلوك للعاديين و ذوي الإحتياجات الخاصة . الإسكندرية : دار الجامعة الجديدة .

حمودة ، محمود عبدالرحمن (1998) . الطفولة والمراهقة المشكلات النفسية والعلاج .ط2 القاهرة : دار النهضة المصرية .

خليفة ، إيناس خليفة (2005) . مراحل النمو و تطوره و رعايته. عمان : دار مجدلاوي ، عمان .

الخشرمي ، سحر أحمد (2002) . العـلاج التربوي لاضطراب الحركة و الإنتباه عند الأطفال في مرحلة المدرسة . **ندوة الإضطرابات السلوكية و الإنفعالية لدى الأشخاص ذوي الإحتياجات الخاصة** . البحرين ، ص ص200-231.

الخطيب ، جمال (2003) . تعديل السلوك الإنساني دليل العاملين في المجالات النفسية و التربوية و الإجتماعية . الكويت : مكتبة الفلاح .

الخطيب ، صالح أحمد (1423هـ) .الإرشاد النفسي في المدرسة. العين: دار الكتاب الجامعي.

خلف الله ، سلمان (2004) . الطفولة المشكلات الرئيسية التعليمية و السلوكية العادية و غير العادية . عمان : جهينة للنشر .

الخواجا ، عبدالفتاح (2009) . مقدمة في أساليب الإرشاد النفسي دليل للمرشدين و المعلمين و الآباء . عمان : المستقبل للنشر.

الداهري ، صالح حسن (2005) . علم النفس الإرشادي نظرياته و أساليبه الحديثة . عمان : دار وائل .

الداهري ، صالح حسن (2008) . مبادئ علم النفس الإرتقائي و نظرياته. عمان : دار صفاء.

دبيس ، سعيد بن عبدالله و السمادوني ، السيد إبراهيم .(1998) . التدخل السلوكي المعرفي لخفض الإندفاعية لدى الأطفال المتخلفين عقليا من الدرجة البسيطة . **مجلة جامعة أم القرى للبحوث العلمية المحكمة ، (17)** ، ص ص 2- 58.

الدخيل ، عبدالعزيز و إبراهيم ، عبدالستار و إبراهيم ، رضوان (1993) . العلاج السلوكي للطفل أساليبه و نماذج من حالاته . عالم المعرفة ، الكويت .

الدردير ، عبدالمنعم أحمد (1999) . العوامل النفسية المميزة للتلاميذ ذوي اضطراب عجز الإنتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد مقارنة بالتلاميذ الأسوياء . **دراسات تربوية و إجتماعية** ، **5** (4) ، ص ص51-101.

الدسوقي ، مجدي محمد (2006) . اضطراب نقص الإنتباه المصحوب بالنشاط الزائد . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .

الدسوقي ، مجدي محمد (2008) . دراسات في الصحة النفسية . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.

دياب ، فوزية (1990) . نمو الطفل وتنشئته بين الأسرة ودور الحضانة . القاهرة : مكتبة النهضة المصرية.

ربيع ، محمد شحاتة (2010) . أصول علم النفس . عمان : دار المسيرة.

الرشيدي ، بشير صالح و السهل ، راشد علي (2000) . مقدمة في الإرشاد النفسي . الكويت : مكتبة الفلاح.

الروسان ، فاروق (2000) . تعديل و بناء السلوك الإنساني . عمان : دار الفكر .

الرويتع ، عبدالله صالح (2002) . اضطراب قصور الإنتباه / النشاط الزائد . **مجلة الطفولة و التنمية** ،**2** (6) ، ص ص 85-39.

الزارع ، نـايف بن عـابد (2007) . اضطراب ضعف الإنتباه و النشاط الزائد دليل عملي للآباء و المختصين . عمان : دار الفكر .

الزعبي ، أحمد محمد (2002) .الأمراض النفسية و المشكلات السلوكية والدراسية عند الأطفال . سلسلة المكتبة التربوية (7) ، دار زهران .

زهران ، حامد عبدالسلام (2002) . التوجيه والإرشاد النفسي . ط2 ، القاهرة : عالم الكتب .

سرحان ، شمس جهاد (2007) . أثر برنامج مقترح لجمباز الألعاب و الموانع على خفض النشاط الزائد و بعض القدرات النفس حركية لأطفال صعوبات التعلم . رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الأردنية ، عمان .

السعدي ، سحر عبدالله (2003) . فاعلية التعزيز الرمزي في تحسين مستوى الإنتباه الصفي و خفض النشاط الزائد و السلوك العدواني لدى طالبات المرحلة الأساسية العليا . رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة عمان العربية.

سليمان ، عبدالرحمن سيد (1999) . بحوث ودراسات في العلاج النفسي. القاهرة : مكتبة الزهراء.

السماك ، أمينة و مصطفى ، عادل (2001) . الدليل التشخيصي و الإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية . الكويت : مكتبة المنار الإسلامية.

السيد ، رأفت السيد (2006) . مدى فاعلية أسلوب الإسترخاء مع التخيل البصري والتدريب العلاجي بالإرجاع الحيوي في خفض مستويات القلق المعمم لدى عينة من الشباب الجامعي. **مجلة علم النفس العربي المعاصر ، 2 (1)** ، ص ص99-131.

سيسالم ، كمـال سالم (2006) . **اضطرابـات قصور الإنتبـاه و الحـركة المفـرطـة خصائصهـا و أسبابها و أساليب معالـجتها** . ط2 ، العين : دار الكتاب الجـامعي.

الشخص ، عبدالـعزيز السـيد (1985) . دراســة لحـجم مشكلـة النشـاط الزائـد بين الأطفال وبعض المتغيرات النفسيـة المرتبطـة به . **مجلـة كلية التربيـة ، جامعـة عين شمس** ، (9) ، ص ص333-359.

الشخص ، عبدالعزيز السيد (1992). دراسة لكل من السلـوك التكيـفي والنشاط الزائــد لــدى عينـة من الأطفــال المعــوقين سمعيــا وعلاقتـها بأسلوب رعاية هؤلاء الأطفـال . **بحـوث المؤتمر الخـــامس للطفـــل المـــصري ، مـركـــز دراســات الطفولــة بجـــامعة عين شمس ، 2** ، ص ص1023-1046.

الشربيني ، زكريا أحمد (1994) . المشكلات النفسيـة عند الأطفـال . القاهرة : دار الفكر.

الشـــريف ، صلاح الدين حســين (1991) . دراســة النشاط الزائـد و عـلاقته بالإستعـداد الذهني و أساليب معـاملة الأم لدى الأطفال ما قبل المدرسـة . **مجلة كلية التربية ، أسيوط ، مصر ، 7 (2)** ، ص ص624-670.

شقير ، زينب محمود (1999) . فاعليـة برنـامج عـلاجي معرفي سلوكـي متعدد المحـاور (مقترح) في تعـديل بعض خصــائص الأطفال مفرطي النشـاط . **مجلة كلية الآداب والعلــوم الإنســانية ، جامعة المنيا ، (34)**، ص ص11-71.

طنطاوي ، أحمد عثمان و عجــلان ، عفاف محمد (1995) . بعض العوامــل المزاجيــة والمعرفية المرتبطـــة باضطـراب قصور الانتــبـاه لــدى الأطفــال والمـراهقين. **المجلــة المصريـــة للدراســات النفسيـــة** ، **(11)** ، ص ص65-133.

الطيب ، محمد عبدالظــاهر (1996) . مشكــلات الأبنـاء من الجنين إلى المراهقة . الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية.

الطيب ، محـمد عبـدالظـاهر(2000) . تيارات جديدة في العلاج النفسي. الاسكندرية : دار المعرفة الجامعية.

ضمرة ، جلال كايد (2007) . تعديل السلوك . عمان : دار صفاء للنشر.

العاسمي ، ريــاض نــايل (2008) .اضطــراب نقص الإنتباه المصاحب بالنشـاط الزائد لدى تلاميذ الصفين الثالث و الرابــع من التعليم الأساسي الحلقــة الأولى : دراســة تشخيصيـة . **مجلــة جامعة دمشق للعلوم التربوية** ، **سوريا** ، **(1)** ، ص ص53-103.

العبــادي ، رائـد خـليل (2006) . مقـاييس في الإضطرابـات السلوكيــة. عمــان : مكتبة المجتمع العربي.

عبدالقادر ، أشرف أحمد (1993) . دراســة لبعض المتغيرات المرتبطة بسلوك الأطفال ذوي النشاط الزائد . **مجلة كلية التربية** ، **جامعة بنها** ، **مصر**، **(4)** ، ص ص79-118.

عبدالغفار ، غادة محمد و حسين ، نشوة عبدالتواب (2006) . مفهــوم الــذات والسلــوك العـدواني لدى ذوي اضطراب ضعف الإنتباه المصحوب بالحركة المفرطة . **دراســات عربيـــة في علم النفس** ، 5 (1) ، ص ص45-78.

عبدالمعطي ، حسـن مصطفى (2001) .الاضطرابـات النفسيـة في الطفولـة والمراهقة .

العتوم ، نعيم علي (2007) . أثر أسلوبي اللعب و التعزيز الرمزي في تحسين الإنتباه و خفض النشاط الزائد لدى عينة أردنية من طلبة صعوبات التعلم الملتحقين بغرف المصادر. رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة عمان العربية ، الأردن .

عثمان ، أحمد عبدالرحمن إبراهيم و حسن ، السيد محمد أبوهاشم (2002) . النموذج البنائي لبعض الخصائص الشخصية و الإجتماعية و المعرفية المرتبطة بإدراك المعلمين لاضطرابات الإنتباه لدى تلاميذهم بالمرحلة الإبتدائية . **مجلة كلية التربية بالزقازيق، (40)** ، ص ص89 – 155.

العقاد ، عصام عبداللطيف (2001) . سيكولوجية العدوانية وترويضها (منحى علاجي معرفي جديد) . القاهرة : دار غريب .

عقل ، محمود عطا (2000) . الإرشاد النفسي والتربوي . الرياض : دار الخريجي.

العندس ، حصة محمد (2004) . اضطراب عجز الإنتباه وفرط الحركة. الرياض: دار الزهراء

عواد ، نبيلة شرف (2000) . أهمية اللعب و أثره في حياة الطفل . **مجلة التربية ، الكويت ، (32)** ، ص ص84-89.

عوض ، رئيفة (2001) . ضغوط المراهقين ومهارات المواجهة. القاهرة : مكتبة النهضة المصرية.

العيسائي ، علياء بنت سيف (2010) . فاعلية برنامج تدريبي لخفض اضطراب الإنتباه المصحوب بالنشاط الزائد لدى عينة من تلاميذ الحلقة الأولى باستخدام الحاسب الآلي (دراسة حالة) . رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الدول العربية ، مصر.

غانم ، حجاج (2005). علم النفس التربوي تحليل نظري و سيكومتري لخمسة مقاييس في التربية العادية و الخاصة . القاهرة : عالم الكتب.

غزال ، عبدالفتاح علي (2008) . سيكولوجية النمو .

قاسم ، خميس أحمد و الصراف ، زكية (1990) . سيكولوجية اللعب (1). **مجلة التربية ، الإمارات** ، **(82)** ، ص ص38-43.

القاضي ، خالد سعد السيد (2010) . أبعاد الإساءة للأطفال ذوي اضطراب نقص الإنتباه و فرط النشاط وعلاقتها ببعض المتغيرات . **دراسات تربوية واجتماعية** ، **16 (3)** ، ص ص167- 198.

القاضي ، خالد سعد السيد (2011) . تعديل سلوك الأطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط النشاط دليل عملي للوالدين والمعلمين .القاهرة : عالم الكتب .

القبالي ، يحيى (2008) . الإضطرابات السلوكية و الإنفعالية . الأردن : الطريق .

القذافي ، رمضان محمد (2010) . علم النفس العام . المكتب الجامعي الحديث.

القرعان ، جهاد سليمان (2006) . أثر برنامج تدريبي سلوكي معرفي في معالجة الأعراض الأساسية لاضطراب ضعف الإنتباه المصحوب بالنشاط الزائد. رسالة دكتوراه غير منشورة ، الجامعة الأردنية ، الأردن .

قزاقزة ، أحمد محمد (2005) . فاعلية التدريب على المراقبة الذاتية في مستوى الإنتباه لدى الاطفال الذين لديهم قصور فيه . رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة عمان العربية.

مجيد ، سوسن شاكر (2008) . مشكلات الأطفال النفسية و الأساليب الإرشادية لمعالجتها

. القاهرة : دار صفاء .

المحادين ، حسين طه و النوايسة ، أديب عبدالله (2009) . تعديل السلوك. عمان : دار

الشروق .

محفوظ ، عبدالرؤوف إسماعيل (2010) . فاعلية برنامج تدريبي سلوكي للضبط الذاتي قائم

على أسلوبي التعزيز التفاضلي و خفض الإستجابة في معالجة تشتت الإنتباه

المصحوب بفرط الحركة و النشاط الزائد لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم في

مدرسة جدة . **مجلة كلية التربية بجامعة بنها ، القاهرة** ، **(81)** ، ص ص185−221.

محمد شولي ، مجدي محمد صبري (2004) . فاعلية برنامج إرشاد جمعي من خلال

المرشدين في خفض النشاط الزائد المصحوب بضعف الإنتباه لدى طلاب الصف

الرابع . رسالة ماجستر غير منشورة ، الجامعة الهاشمية .

محمود ، حمدي شاكر (1992) . النشاط الحركي الزائد و علاقته ببعض متغيرات توافق

الشخصية لدى بعض تلاميذ الصفين الثاني و الثالث من التعليم الأساسي .

مجلة كلية التربية بأسيوط ، **8(1)** ، ص ص235 −256.

المطيري ، معصومة سهيل (2005) . دراسة اضطراب قصور الانتباه و فرط النشاط

وعلاقته بالمشكلات السلوكية لدى عينة من طلبة المرحلة الابتدائية في دولة

الكويت . **مجلة الارشاد النفسي** ، **(19)** ، ص ص82−138.

مرسي ، أبوبكر مرسي (2002) . أزمـــة الهـوية في المراهقـة والحاجة للإرشاد النفسـي. القاهرة : مكتبة النهضة المصرية.

ملحم ، سامي محمد (2007) . الأسس النفسية للنمو في الطفولة المبكرة . عمان : دار الفكر.

مليكة ، لويس كامل (1990) . العـلاج السلـوكي و تعديل السلوك . الكويت : دار القلم .

منصور ، محمد جميل (1990) . النشـاط المفرط لدى الأطفال وكيف نتعامل معه . بحوث تربوية ونفسية ، الرياض : دار الهدى .

موستاكس ، كلارك (1990). عـلاج الأطفال باللعب (ترجمة عبدالرحمن سيد سليمان) . القاهرة : دار النهضة المصرية.

النوايسة ، أديب عبدالله و القطاونة ، إيمان طه (2010) . النمو اللغوي و المعرفي للطفل . عمان : مكتبة المجتمع العربي .

النـوبي ، محمد (2009) . اضطـراب الإنتباه المصحـوب بالنشـاط الزائـد لدى ذوي الإحتياجات الخاصة . عمان : دار وائل .

يحيى ، خولة أحمد (2007) . الإضطرابات السلوكيـة و الإنفعالية . ط3 ، عمان : دار الفكر.

يوسف ، يوسف جلال و زكريا ، يحيى محمد (2000) . دراسـة تشخيصيـة عـلاجية للنشاط الزائد لدى أطفـال المرحلة الإبتدائية . **مجلة كلية التربية بجامعة عين شمس ، 4** (24) ، ص ص213-248.

ثانيا : المراجع الأجنبية:

Alison, M . , & Jon , A .(1999) .*The ADHD handbook* . Jessica Kingsley : London and Philadelphia

American Academy of Pediatric . (2000) . Clinical practice guideline : diagnosis and evaluation of the child with ADHD . *pediatrics,105* (5),1158-117.

Atkins,M,&Pelham,W. (1999).School-based assessment of Attention deficit hyperactivity disorder. *Journal of Learning Disabilities ,24* (4),197-204.

Attwood, C. (2000).Attention Deficit Disorder.http://www.Vegsource. *com/attwood/ddd.htm.*

Barkley,R.A.(1990).*Attention Deficift Hyperactivity Disorder Ahandbook for diagnosis and treatment*. (2th ed) The Gulford press :New York

Barkley, R.A.(1999). Response inhipition in attention deficit Hyperactivity Disorder .Mental Retardation and Developmental. *Desabilities Research Reviews*, 5,177-184.

Binder, L. M. ,Dixon , R. M.,&Ghezzi, P.M.(2000). A procedure to teach self-control to children with ADHD. *Journal of Applied Behavior Analysis*,33(2) , 233-237.

Brown, R. T. , Wynne, M.E.,& Medenis, R. (1985). Methylphenidate And cognitive therapy : Acomparison of treatment approaches

with hyperactive boys. *Journal of A bnormal Child Psychology , 13* (1) , 69-87.

Carlson, C. L. , Mann, M . , & Alexander, A. K. (2000). Effects of reward and response cost on performance and motivataion of children with ADHD. *Cognitve Therapy and Research , 24*(1), 87-98**.**

Cathleen, G. M. , & Dupaul, G. J. (1996).Classroom strategies for managing with attention deficit hyperactivity disorder **.** *Intervention in school & clinic,32* (2), 89-94.

Chu, S. (2003). Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) Part one: A review of the literature. *International Journal of Therapy and Rehabilitation, 10* (5), 218-227.

Copeland, A . , Weissbord, C . (1980) . Effect of Modeling on behavior related to hyperactivity. *Journal of Educational Psycho*logy, 72 (6) , 875-883.

Deckman , S . , J. (1990). Functional and Dysfunctional Impulsivity: Personality and Cognitive Correlates. *Journal of personality and Social psychology, 58,* 95-102.

Dodson,W. (2008). ADHD , not just a childhood disorder . *EP Magazine* , 74-75.

Dills, R .(2001). Diggnosis and treatment of attention deficit hyperactivity disorder. *http://www.pharmacy time. com/article. CFM.*

Fowler, M . (2002) . Attention deficit hyperactivity disorder national

information center for children and youth disabilities. *from : http // www/ Idonline_org/idindepth/ add_adhd/niehcy***.**

Froelich, J . , Doepfner, M . , & Lehmkuhl, G .(2002). Effects of combined cognitive behavioral treatment with parent management training in ADHD. *Behavior and Cognitive Psychotherapy , 30*(1) , 111-115.

Gadow, K. , D . (1995) . Efficacy of Methy phenidate for ADHD in children with Tic Disorder. Arch . Gen . *Pesychiatry , 5* , 444-455.

Helwig, J. (2011). *Sleep disturbance in children and adolescent with ADHD : Unique effect of medication , ADHD Subtype , and Comorbid Status* . ph.D. (Unpublished) , Lehigh University, Candidacy.

Horn, F. H. , Ialongo, N . , Greenberg, G. , Bakard, T. , & Winberry, C. S .(1990). Additive effects on behavioral parent learning and self-control theraby with attention deficit hyperactivity disordered children. *.Journal of Clinical Child Psychology , 19*(2) ,389-410.

Jaana, L. (2010) . *Preschool Children With Attention Deficit/ Hyperactivity Disorder: Gender Differences in Home and School Functioning* .ph.D.(Unpublished) , Lehigh university , Cadidacy.

Karla. I . (2009) . *Understanting Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder Through a Exploration of ''Family Environment* .ph.D. (Unpublished) , University of South Carolina.

Leipold , E. , & Bundy , A. , C . (2000) . Playfulness in children with attention

deficit hyperactivity disorder . *American Journal of Research , 20 ,* 61-79.

Lerner, J. (2003). *Learning Desabilities Theories, Diagnosis, and Teaching Strategies*. Boston New York: Houghton Mifflin Company.

Losapio, G . (2010) **.***Children with attention deficit hyperactivity disorder : treatment methods and parental perceptions* .Ph.D. (Unpublished), . St.John's University , New York.

Lufi, D . , & Parish – Plass , J.(1995) . Personality Assessmen Of children with attention deficit hyperactivity Disorder . *Journal of clinical psychology , 48* , 1 , 77- 83.

Malloy, D, .(2007). Impulsive behavior in adults with attention deficit/ hyperactivity disorder :Characterization of attentional, motor and cognitive impulsiveness. *Journal of the international Neuropsychological Society,13,* 693-698.

Mash, E. , J. , & Johanston , C . (1990) . Determinants of Parenting Stress : Illustrations from families of hyperactivity children and families of physically abused children . *Journal of Clinical Child Psychology* ,19, 313-338.

Mathes, M. , & Bender , W. (1997) . The effects of self- monitoring on children with attention deficit hyperactivity disorder who are receiving pharmacological interventions **. Remadial** *and special education , 18* (2) , 121-129.

Miranda, A. , Presentacion , M . , & Soriano, M. (2002). Effectiveness of Aschool-based multicomponent program for the treatment of children with ADHD . *Journal of Learning Disabilities , 35* (6) , 546-562.

National Institute of Mental Health . (2003) . Attention Deficit Hyperactivity Disorder . *http // www. Nimh. Nin. Gov/ putlicat / adhd – cfm.*

Odom , S .(1996) . *Effects of educational intervention on mother of male with hyperactivity disorder* . Ph.D.(Unpublished), University of Alabama at Birmingham.

Orjales, V . (2007) . Cognitive treatment for children with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) .*Annuary of Clinical and Health Psychology , 3*, 19-30.

Reid, R . (1999) . Attention deficit hyperactivity Disorder :effective methods for the classroom . *Focus on Exceotional children , 32* (4), 1-20.

Reid, R. , Maag, J. , Vasa, S. & Wright, G . (1994) .Who are the children with attention deficit hyperactivity disorder : A school-based survey. *The Journal of Special Education , 28* , 117-137.

Richard, P. , Samuel, G . & Turner, J .(1990). Sustained and selective children with learning disabilitie . *Journal of Learning Disabilities* , *40*, 270 – 279.

Richman, D .(1996) .The effects of tow children with hyperactivity disorder . *Journal of School Psychology , 19* (3) ,242-249.

Rosen, L .(1988). Effects of suger (sucrose) on children's Behavior . *Journal Consulting and Clinical Psychology , 56* , p : 583 – 589.

Rosen, L . , Sanderson , W . (1990) . Asurvey of classroom management practices. *Journal of School Psychology , 28*(3) , 257 – 269.

SHani, C .(2011). *Parents' communicative practices with adhd and non-Adhd children*. Ph.M. (Unpublished) . Colorado State University.

Temple, p . & Kling, E . (2000) . The key components of compare – hensive assessment of adhd . *http // www . Idonline– org.*

Tucket, D. M. & Williamson , P . (1984) . Asymmetric Neural Control in Human Self – regulation .*Psychological Review , 91*, 185 – 215.

الملاحـــــق

ملحق (1)

رسالة تسهيل مهمة باحثة من المديرية العامة لمحافظة جنوب الباطنة

سلطنة عُمان
وزارة التربية والتعليم
المديرية العامة للتربية والتعليم لمنطقة الباطنة جنوب



الرقم /
التاريخ ٩ / ٢ / ١٤٣١هـ
الموافق ٢٥ / ١ / ٢٠١٠م

تعميم رقم (٣٢) لسنة ٢٠١٠م

الفضلاء والفضليات/ مديرو ومديرات مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي المحترمون
الفضلاء والفضليات/ المكلفون بإدارات مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي المحترمون

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد :

الموضوع (الفاضلة/ محفوظة بنت سالم بن ناصر اليحمدية)

بالإشارة إلى رسالة الفاضلة/ مستشارة الوزير لتطوير البرامج التعليمية والمكلفة بالقيام بأعمال مدير المكتب الفني للدراسات والتطوير رقم ٧٨٦ بتاريخ ٢٠٠٩/٥/٢٤م ، نـود الإفادة بـأن المذكورة أعلاه تقوم حاليا بإجراء دراسة ميدانية حول موضوع **(فاعلية برنامج إرشادي لخفض النشاط الزائد لدى عينة من أطفال الحلقة الأولى من التعليم الأساسي)** ، وترغب المذكورة في تطبيق أداة الدراسة على عينة من الطلاب بمدارس المنطقة .

برجاء التكرم بتسهيل مهمة المذكورة ، علماً بأن الباحثة ستقوم بالتنسيق معكم حول إجراء تلك المقابلات .

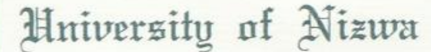
وتفضلوا بقبول فائق الاحترام ،

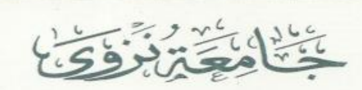
ليلى بنت أحمد النجار
المديرة العامة للتربية والتعليم لمنطقة الباطنة جنوب
alnajjar@moe.om

هاتف :٢٦٨٧٦٢٠٧ / ٢٦٨٧٦٢٠٦ ،فاكس:٢٦٨٧٥٠٨٣ ،ص.ب :٣، الرمز البريدي:٣٢٩– الرستاق
البريد الإلكتروني :s-batinah.net موقع الوزارة : www : moe.gov.om

ملحق (2)

رسالة تسهيل مهمة باحثة من جامعة نزوى





University of Nizwa — جامعة نزوى

Registration & Records — عمادة القبول والتسجيل

التاريخ: 25 صفر 1432هـ
الموافق: 30 يناير 2011م

لمن يهمه الأمر

تشهد عمادة القبول والتسجيل في جامعة نزوى بأن **الطالبة/محفوظة بنت سالم بن ناصر اليحمدية، ورقمها الجامعي(12955465)** مقيدة في الدراسة بالجامعة **ببرنامج الماجستير** تخصص **الإرشاد والتوجيه** بكلية **العلوم والآداب** للعام الأكاديمي 2011/2010م **(دفعة خريف 2007م)**، وبناءاً على طلبها فقد منحت هذه الرسالة لتقديمها لمن يهمه الأمر.

آملين مؤازرتها في تكملة دراستها تمشيا مع النهج السامي **لحضرة صاحب الجلالة السلطان قابوس بن سعيد المعظم -حفظه الله ورعاه-** لبناء الإنسان العماني بما يعزز مسيرة التنمية الشاملة ووفقكم الله في خدمة هذا الوطن العزيز في ظل القيادة الرشيدة الذي لم يدخر جهداً في دعم العلم والمتعلمين.

والله ولي التوفيق،،،

30/1/2011

بدرية بنت حمد الرقيشية
نائب المسجل العام

UNIVERSITY OF NIZWA

*دققها: محمد الرواحي

Al Khuwair Office - Mazin Building, P.O. Box 208 , P.C. 133
Al Khuwair, Sultanat of Oman
Tel: 24479171 - 24478167, Fax: 24479530

Email address: uofnizwa@omantel.net.om
Website : www.unizwa.edu.om

مكتب الخوير - بناية مازن، ص.ب ٢٠٨، ر.ب ١٣٣
الخوير - سلطنة عمان
هاتف: ٢٤٤٧٩١٧١ - ٢٤٤٧٨١٦٧، فاكس: ٢٤٤٧٩٥٣٠

ملحق (3)

مقياس النشاط الزائد في صورته الأولية

اولا : للمعلم:

أ) ضعف الإنتباه :

م	العبارة	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	يصعب عليه تركيز انتباهه على شيء معين لفترة كافية ، فمدة الإنتباه لديه قصيرة مقارنة مع عمره الزمني.					
2	يتشتت انتباهه بسهولة لأي حركة أو صوت خارجي.					
3	يبدو غير منصت أو مكترث لما يقال له و كأنه لا يسمع عند الحديث إليه					
4	ينسى أدواته المدرسية في المنزل "كتب – أقلام – دفاتر" بشكل متكرر					
5	يبدو شارد الذهن أثناء شرح المعلم					
6	يحتاج إلى التذكير بالتعليمات لأنه لا يكون منتبها عند تقديمها له.					
7	لا يستطيع انهاء المهمة المطلوبة منه دون مساعدة الآخرين وفي الوقت المحدد له					
8	أعماله الصفية وواجباته المدرسية غير كاملة بسبب ضعف قدرته على الإنتباه					
9	يبتعد عن المشاركة في الأعمال التي تحتاج إلى تفكير لأنه لا يستطيع أن يبقى منتبها لمدة كافية					
10	ينتقل من مهمة إلى أخرى دون إتمام المهمة الأخرى					
11	يجد صعوبة في التعرف على التشابه و الإختلاف بين الأشياء					
12	يصعب عليه نقل الرسائل الشفهية من و إلى الآخرين					
13	يفتقد إلى مهارات التنظيم مثل تنظيم حقيبته وكتابته و دفاتره و تنظيم وقته ومعلوماته					
14	كثير النسيان					
15	يرتكب أخطاء تنم عن اللامبالاة في العمل المدرسي أو الأنشطة الأخرى					
16	يفشل في الإنتباه للتفاصيل ويهتم للتفاصيل غير المهمة					
17	لا يتعاون مع معلمه و زملائه في المدرسة					
18	خطوطه و رسومه مهتزة وغير منظمة					
19	يتعلم في المدرسة بصورة ضعيفة مع أنه يبدو ذكيا					

ب) الحركة المفرطة:

م	العبارة	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	كثير الحركة لايهدأ أو يستقر في مكانه					
2	يتململ أثناء الجلوس على مقعده (يحرك يديه و رجليه)					
3	يترك مقعده وينتقل داخل غرفة الصف باستمرار.					
4	يجد صعوبة في ممارسة اللعب الهادئ أو الأنشطة الترفيهية بشكل هادئ					
5	يقفز ويركض أثناء تنقله من مكان لآخر وقليلا ما يسير بهدوء					
6	يعبث بكل ما حوله من أدوات ويخرب أدواته باستمرار					
7	يحدث صخبا وضوضاء مزعجة في المكان الذي يوجد فيه					
8	يتسلق الأشياء العمودية في المكان الذي يوجد فيه مثل : أعمدة و أشجار					
9	يشتت الآخرين بتحركاته الكثيرة غير الهادفة					
10	يتكلم بدون استئذان					
11	يخطف ألعاب و أدوات زملائه و أشياءهم دون اكتراث لمشاعرهم.					
12	يلوم الأطفال الآخرين و لا يعترف بأخطائه.					

ج) الإندفاعية:

م	العبارة	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	يفرط في الكلام					
2	يقاطع الآخرين (المعلم – زملائه) أثناء حديثهم ، و يتطفل علي أنشطتهم و ألعابهم					
3	يجيب عن الأسئلة قبل أن يفكر فيها ، وقبل أن ينهيها المعلم (يتسرع في إعطاء الإجابة)					
4	لا ينتظر دوره أثناء اللعب أو المواقف الإجتماعية الأخرى					
5	لا يتبع التعليمات أو النظام بل قد يعمل عكسها					
6	يقوم بسلوكيات تزعج الآخرين ويحاول تخريب ألعاب الآخرين وأدواتهم					
7	متهور قد يتورط في مشاكل مع زملائه (لأنه يتفاعل قبل أن يفكر في النتائج وعواقب الأمور)					
8	يدافع زملاؤه و يزاحم في الطابور					
9	يتسرع في اداء أعماله مما يزيد من أخطائه					
10	يعرض نفسه للمخاطر دون أن يفكر في النتائج (كالقفز من مكان مرتفع).					
11	يلفت انتباه المعلم بكثرة الأسئلة و الطلبات.					
12	سريع الغضب					
13	سهل الإستثارة من قبل الآخرين					
14	يغلب عليه العناد					
15	شديد الحساسية للانتقادات الموجهة إليه					
16	فظ في التعامل مع زملائه					

ثانيا : للوالدين:

أ) ضعف الإنتباه:

م	العبارة	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	يتشتت انتباه الطفل لأي شيء يحدث حوله حتى لو كان بسيطا.					
2	لا يستطيع فهم كثير من المعلومات التي يسمعها					
3	يجد صعوبة في التعرف على الأشكال و مكونات الأشياء					
4	ينسى في المنزل بعض الأشياء التي يحتاج إليها في المدرسة كالكتب أو الدفاتر أو ملابس الرياضة					
5	ينسى في المدرسة أو يفقد بعض أدواته و أغراضه التي أخذها معه في الصباح					
6	ينسى عمل الأشياء التي يجب أن يقوم بها يوميا					
7	يشرد ذهنه أثناء حل واجباته المنزلية أو استذكار دروسه.					
8	لا يستطيع نقل الرسائل الشفهية من و إلى الآخرين بسبب ضعف قدرته على الإنتباه.					
9	يبتعد عن المشاركة في الأعمال التي تحتاج إلى تفكير لأنه لا يستطيع أن يبقى منتبها لمدة كافية.					
10	يحتاج إلى تكرار الأشياء عدة مرات.					
11	وقت حل الواجبات يعتبر معركة بالنسبة له ، ويحتاج إلى إشراف لحلها.					
12	لا يستطيع أن يقضي وقتا طويلا (١٠ دقائق مثلا) في لعبة واحدة بل ينتقل من لعبة لأخرى.					
13	يبدو و كأنه لا يستمع إليك عندما تتحدثين إليه مباشرة					
14	كثير النسيان (لا يتذكر أين وضع أغراضه ، ماذا طلب منه)					
15	يفتقد إلى مهارة التنظيم : تنظيم حقيبته كتبه ودفاتره وتنظيم وقته.					
16	غرفته تكون فوضى عارمة					
17	يبدو غير مبال بالأعمال المدرسية (الواجب ، استذكار الدروس)					
18	تكثر أخطاؤه بسبب عدم مبالاته عندما تطلبين منه امرا ما.					
19	خطوطه و رسومه مهتزة و غير منتظمة					

ب) الحركة المفرطة:

م	العبارة	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	يصعب عليه البقاء في مكانه حتى لو طلب منه ذلك					
2	يصعب عليه ممارسة الألعاب التي تتطلب الهدوء و الإلتزام					
3	عندما تكونين في زيارة أسرية فإنه لا يلتزم الهدوء بل يكون مزعجا.					
4	يتسلق الأشياء العمودية في المكان الذي يوجد فيه كالجدران و الاعمدة و الأشجار					
5	يتحرك حركات زائدة قد تكون خطيرة كالقفز و الجري					
6	يحدث إزعاجا و ضوضاء في المكان الذي يوجد فيه					
7	يخطف ألعاب اخوته و أدواتهم دون اكتراث لمشاعرهم					
8	يعبث بكل ما حوله من أدوات و حاجيات و يخرب أدواته بشكل مستمر					
9	يجد صعوبة في الإستغراق في النوم (كثرة الحركة و التقلب أثناء النوم)					
10	يضايق الآخرين دائما و يتدخل في أنشطتهم					
11	يجد صعوبة في البقاء جالسا حتى ينتهي من تناول طعامه					
12	يلوم الآخرين و لا يعترف بأخطائه					

ج) الإندفاعية:

م	العبارة	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	يتحدث كثيرا (ثرثار)					
2	يقاطع الآخرين أثناء حديثهم					
3	فظ في التعامل مع اخوته					
4	حساس سهل الإستثارة من قبل الآخرين.					
5	عدواني مشاكس مع الأطفال الآخرين					
6	يحاول تخريب ألعاب الآخرين التي يلعبونها					
7	يغلب عليه العناد					
8	سريع الإنفعال (يبكي أو يضحك بدون سبب واضح).					
9	يخاطر غالبا إلى عمل أشياء تؤدي إلى جرحه					
10	يقول و يفعل أشياء تجرح مشاعر الآخرين (ألفاظ غير لائقة)					
11	يرغب في أن تجاب طلباته في الحال (حاد المزاج)					
12	يندفع إلى سلوك ما دون حساب ما يترتب عليه من نتائج كالقفز من أماكن مرتفعة أو الجري في شارع مزدحم					
13	متسرع و يتفاعل مع الأمور فورا بدون تفكير					
14	يرفض اتباع التعليمات والأوامر وقد يعمل عكسها.					
15	يجد صعوبة في الانتظار في أي موقف إلى أن يحين دوره.					
16	شديد الحساسية للانتقادات الموجهة إليه.					

ملحق (4)

مقياس النشاط الزائد في صورته النهائية

للمعلم :

أ) ضعف الإنتباه

م	العبارة	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	يبدو غير منصت أو مكترث لما يقال له و كأنه لا يسمع عند الحديث إليه					
2	ينسى أدواته المدرسية في المنزل "كتب – أقلام – دفاتر" بشكل متكرر					
3	يبدو شارد الذهن أثناء شرح المعلم					
4	لا يستطيع انهاء المهمة المطلوبة منه دون مساعدة الآخرين وفي الوقت المحدد له					
5	أعماله الصفية وواجباته المدرسية غير كاملة بسبب ضعف قدرته على الإنتباه					
6	يبتعد عن المشاركة في الأعمال التي تحتاج إلى تفكير لأنه لا يستطيع أن يبقى منتبها لمدة كافية					
7	ينتقل من مهمة إلى أخرى دون إتمام المهمة الأخرى					
8	يجد صعوبة في التعرف على التشابه و الإختلاف بين الأشياء					
9	يصعب عليه نقل الرسائل الشفهية من و إلى الآخرين					
10	يفتقد إلى مهارات التنظيم مثل تنظيم حقيبته وكتابته و دفاتره و تنظيم وقته ومعلوماته					
11	كثير النسيان					
12	يرتكب أخطاء تنم عن اللامبالاة في العمل المدرسي أو الأنشطة الأخرى					
13	يفشل في الإنتباه للتفاصيل ويهتم للتفاصيل غير المهمة					
14	لا يتعاون مع معلمه و زملائه في المدرسة					
15	خطوطه و رسومه مهتزة وغير منظمة					
16	يتعلم في المدرسة بصورة ضعيفة مع أنه يبدو ذكيا					

ب) الحركة المفرطة:

م	العبارة	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	كثير الحركة لايهدأ أو يستقر في مكانه					
2	يتململ أثناء الجلوس على مقعده (يحرك يديه و رجليه)					
3	يترك مقعده وينتقل داخل غرفة الصف باستمرار.					
4	يجد صعوبة في ممارسة اللعب الهادئ أو الأنشطة الترفيهية بشكل هادئ					
5	يقفز ويركض أثناء تنقله من مكان لآخر وقليلا ما يسير بهدوء					
6	يعبث بكل ما حوله من أدوات ويخرب أدواته باستمرار					
7	يحدث صخبا وضوضاء مزعجة في المكان الذي يوجد فيه					
8	يتسلق الأشياء العمودية في المكان الذي يوجد فيه مثل : أعمدة و أشجار					
9	يشتت الآخرين بتحركاته الكثيرة غير الهادفة					
10	يتكلم بدون استئذان					
11	يخطف ألعاب و أدوات زملائه و أشياءهم دون اكتراث لمشاعرهم.					
12	يلوم الأطفال الآخرين و لا يعترف بأخطائه.					

ج) الإندفاعية:

م	العبارة	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	يفرط في الكلام					
2	يقاطع الآخرين (المعلم – زملائه) أثناء حديثهم ، و يتطفل علي أنشطتهم و ألعابهم					
3	يجيب عن الأسئلة قبل أن يفكر فيها ، وقبل أن ينهيها المعلم (يتسرع في إعطاء الإجابة)					
4	لا ينتظر دوره أثناء اللعب أو المواقف الإجتماعية الأخرى					
5	لا يتبع التعليمات أو النظام بل قد يعمل عكسها					
6	يقوم بسلوكيات تزعج الآخرين ويحاول تخريب ألعاب الآخرين وأدواتهم					
7	متهور قد يتورط في مشاكل مع زملائه (لأنه يتفاعل قبل أن يفكر في النتائج وعواقب الأمور)					
8	يدافع زملاؤه و يزاحم في الطابور					
9	يتسرع في اداء أعماله مما يزيد من أخطائه					
10	يلفت انتباه المعلم بكثرة الأسئلة و الطلبات.					
11	سريع الغضب					
12	يغلب عليه العناد					
13	شديد الحساسية للانتقادات الموجهة إليه					
14	فظ في التعامل مع زملائه					

مقياس النشاط الزائد في صورته النهائية

للوالدين

أ) ضعف الإنتباه:

م	العبارة	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	يجد صعوبة في التعرف على الأشكال و مكونات الأشياء					
2	ينسى في المنزل بعض الأشياء التي يحتاج إليها في المدرسة كالكتب أو الدفاتر أو ملابس الرياضة					
3	ينسى في المدرسة أو يفقد بعض أدواته و أغراضه التي أخذها معه في الصباح					
4	ينسى عمل الأشياء التي يجب أن يقوم بها يوميا					
5	لا يستطيع نقل الرسائل الشفهية من و إلى الآخرين بسبب ضعف قدرته على الإنتباه.					
6	لا يستطيع أن يقضي وقتا طويلا (١٠ دقائق مثلا) في لعبة واحدة بل ينتقل من لعبة لأخرى.					
7	يبدو و كأنه لا يستمع إليك عندما تتحدثين إليه مباشرة					
8	كثير النسيان (لا يتذكر أين وضع أغراضه ، ماذا طلب منه)					
9	غرفته تكون فوضى عارمة					
10	يبدو غير مبال بالأعمال المدرسية (الواجب ، استذكار الدروس)					
11	تكثر أخطاؤه بسبب عدم مبالاته عندما تطلبين منه امرا ما.					
12	خطوطه و رسومه مهتزة و غير منتظمة					

ب) الحركة المفرطة:

م	العبارة	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	يصعب عليه البقاء في مكانه حتى لو طلب منه ذلك					
2	يصعب عليه ممارسة الألعاب التي تتطلب الهدوء و الإلتزام					
3	يتسلق الأشياء العمودية في المكان الذي يوجد فيه كالجدران و الاعمدة و الأشجار					
4	يتحرك حركات زائدة قد تكون خطيرة كالقفز و الجري					
5	يحدث إزعاجا و ضوضاء في المكان الذي يوجد فيه					
6	يخطف ألعاب اخوته و أدواتهم دون اكتراث لمشاعرهم					
7	يعبث بكل ما حوله من أدوات و حاجيات و يخرب أدواته بشكل مستمر					
8	يجد صعوبة في الإستغراق في النوم (كثرة الحركة و التقلب أثناء النوم)					
9	يضايق الآخرين دائما و يتدخل في أنشطتهم					
10	يجد صعوبة في البقاء جالسا حتى ينتهي من تناول طعامه					
11	يلوم الآخرين و لا يعترف بأخطائه					

ج) الإندفاعية:

م	العبارة	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	يتحدث كثيرا (ثرثار)					
2	يقاطع الآخرين أثناء حديثهم					
3	فظ في التعامل مع اخوته					
4	عدواني مشاكس مع الأطفال الآخرين					
5	يحاول تخريب ألعاب الآخرين التي يلعبونها					
6	يغلب عليه العناد					
7	يخاطر غالبا إلى عمل أشياء تؤدي إلى جرحه					
8	يقول و يفعل أشياء تجرح مشاعر الآخرين (ألفاظ غير لائقة)					
9	يندفع إلى سلوك ما دون حساب ما يترتب عليه من نتائج كالقفز من أماكن مرتفعة أو الجري في شارع مزدحم					
10	متسرع و يتفاعل مع الأمور فورا بدون تفكير					
11	يرفض اتباع التعليمات والأوامر وقد يعمل عكسها					

ملحق (5)

رسالة طلب تحكيم برنامج إرشادي

جامعة نزوى

كلية الآداب والعلوم

قسم التربية والدراسات الإنسانية

الدراسات العليا / ماجستير تربية

الفاضل الدكتور / ....المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ، وبعد:

الموضوع : طلب تحكيم برنامج إرشادي لخفض النشاط الزائد لدى طلبة الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في محافظة جنوب الباطنة

تقوم الباحثة بإجراء دراسة تهدف إلى بناء "**برنامج إرشادي لخفض النشاط الزائد لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في محافظة جنوب الباطنة** " كأحد متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية / إرشاد نفسي ، و حيث أن الباحثة ترغب في الإستفادة من توجيهاتكم السديدة و مرئياتكم النيرة و التي سيكون لها أبلغ الأثر في مساعدة الباحثة على توجيه دراستها الوجهة العلمية فإنها تأمل من سعادتكم التكرم بإبداء ملاحظاتكم و مقترحاتكم حيال البرنامج الإرشادي من خلال استمارة التحكيم المرفقة ، و ابداء ملاحظاتكم حول الهدف العام للبرنامج و عدد الجلسات و المدة الزمنية لكل جلسة ، و الأساليب و الفنيات المستخدمة ، و مدى ملاءمة الواجب البيتي لكل جلسة كما تأمل الباحثة منكم التكرم بإبداء أي تعديلات

ترون جدواها في البرنامج وتخدم الدراسة ، علما بأن عدد جلسات البرنامج الإرشادي سيتألف في صورته الأولية من (24) جلسة بواقع (3) جلسات أسبوعيا ، مدة كل جلسة (40) دقيقة .

وختاما أشكر لكم حسن تعاونكم و اهتمامكم ، ولسعادتكم جزيل الشكر و التقدير.

يرجى التكرم بتعبئة هذه البيانات :

اسم المحكم:.................................   الدرجة العلمية:...............................

التخصص:..............................   المؤسسة التي يعمل بها:.........................

الباحثة

ملحق (6)

قائمة بأسماء لجنة تحكيم البرنامج الإرشادي ودرجاتهم العلمية مرتبة حسب الحروف الهجائية

م	اسم المحكم	الدرجة العلمية	التخصص	مكان العمل
1	ابراهيم الحارثي	أستاذ مساعد	علم النفس التربوي	جامعة السلطان قابوس
2	عبدالقوي سالم الزبيدي	أستاذ	علم النفس	جامعة السلطان قابوس
3	عبدالله حمدان الدهماني	أستاذ مشارك	الفلسفة في الإدارة التربوية	معهد العلوم الشرعية
4	علي الزاملي	أستاذ مشارك	علم النفس	جامعة السلطان قابوس
5	علي مهدي كاظم	أستاذ مشارك	القياس و التقويم	جامعة السلطان قابوس
6	محمد عبدالرحمن الزيني	أستاذ	الفلسفة و علم النفس	معهد العلوم الشرعية

ملحق (7)

جلسات برنامج إرشادي لخفض النشاط الزائد لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي

جلسة ما قبل البرنامج

(الجلسة التمهيدية)

اليوم والتاريخ: الأربعاء 13/2/2013 **الساعة:** 7:10 صباحا **المدة الزمنية:** 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

تهيئة أعضاء المجموعة الإرشادية التجريبية للمشاركة في البرنامج .

الأهداف الخاصة للجلسة:

الهدف (1) و (2) :

- أن يوافق أعضاء المجموعة التجريبية على المشاركة في البرنامج الإرشادي (شفهيا).
- أن يوافق أولياء أمور أعضاء المجموعة التجريبية على مشاركة أبنائهم في البرنامج الإرشادي (كتابيا).

المدة الزمنية : (20) دقيقة.

الأساليب الإرشادية : الحوار والمناقشة – التساؤل.

الأدوات : أوراق الموافقة

ألقت المرشدة التحية والسلام على أفراد المجموعة التجريبية ، ورحبت بهم وشكرتهم على الحضور ، وفي البداية عرفتهم بنفسها قائلة : " أنا الأستاذة محفوظة بنت سالم اليحمدية طالبة ماجستير تخصص إرشاد النفسي من جامعة نزوى ، و سنتعرف معا على اضطراب النشاط الزائد و أسبابه و آثاره السلبية وذلك من خلال مشاركتكم معي في برنامج إرشادي يتضمن مجموعة من القصص و الألعاب و ذلك من خلال لقاءات ستكون بيننا ، و لكن قبل كل شيء هل أنتم موافقون على المشاركة معي في هذا البرنامج ، فهو برنامج سيعود عليكم بالنفع و سيساعدكم على التقليل من مشكلة النشاط الزائد لديكم " ، عندها أبدى الجميع رغبته في

المشاركة بكل سرور ، ثم وزعـــت عليهم أوراقا تتضمن طلب موافقة أولياء أمورهم ملحق رقم (8-1) على المشاركة في البرنامج و طلبت منهم أن يعرضوها على أولياء أمورهم و يوقعوا عليها إما بالموافقة أو الرفض مع إرجاع الورقة للمرشدة بعد ذلك .

الهدف (3) و (4) :

- إعطاء أعضاء المجموعة الإرشادية فكرة بسيطة عن الهدف العام للبرنامج.
- الإتفاق على مكان و زمان الجلسات الإرشادية.

المدة الزمنية : (20) دقيقة.

الأساليب الإرشادية : الحوار و المناقشة – التساؤل .

اجراءات التنفيذ:

قامت المرشدة بإعطاء أفراد المجموعة نبذة بسيطة عن البرنامج الذي سيشاركون فيه ، فأخبرتهم أنه عبارة عن 24 جلسة مدة كل جلسة 40 دقيقة ، و مدته 8 أسابيع ، سيتم خلال هذا البرنامج تطبيق العديد من الأساليب و الألعاب التي ستعرفكم على كيفية التعامل مع مشكلة النشاط الزائد و كيف تساعدون أنفسكم في التقليل منها ، كما ستشاهدون مجموعة من القصص و مقاطع الفيديو التعليمية التربوية الهادفة ، و بإذن الله ستستمتعون معي في هذا البرنامج و ستستفيدون منه الكثير ، كما ستكون لكم مني هدايا إذا التزمتم بما أقوله لكم .

و سألت المرشدة أعضاء المجموعة عن الوقت الذي يناسبهم للالتقاء بهم ، و بعد الحوار والمناقشة تم الإتفاق على الإلتقاء ثلاث مرات أسبوعيا في أيام السبت والإثنين والأربعاء ، من الساعة السابعة و حتى الساعة السابعة و أربعون دقيقة ، وقد كان مناسبا للجميع ، و في ختام الجلسة شكرت المرشدة أعضاء المجموعة على حضورهم و موافقتهم على المشاركة في البرنامج و ذكرتهم بضرورة الإتيان بورقة موافقة ولي الأمر و الحضور للجلسة القادمة في نفس المكان .

الجلسة الإرشادية الأولى

(التعارف وبناء العلاقة الإرشادية)

اليوم والتاريخ: السبت 16/2/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

بناء علاقة ودية بين المرشدة و أعضاء المجموعة الإرشادية .

الأهداف الخاصة:

الهدف (1) و (2) :

- تحقيق التعارف بين المرشدة و أعضاء المجموعة الإرشادية.
- تحقيق التعارف بين أعضاء المجموعة الإرشادية بعضهم مع بعض.

المدة الزمنية : (15) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: الحوار و المناقشة – المحاضرة المبسطة.

الأدوات المستخدمة: بطاقات التعارف – أقلام .

اجراءات التنفيذ:

رحبت المرشدة بأعضاء المجموعة وقامت بجمع أوراق الموافقة منهم وقد وافق 8 من أولياء الأمور مباشرة بتوقيعهم على الورقة ، أما اثنان فقد جاؤوا بأنفسهم إلى المدرسة ليتعرفوا أكثر على ماهية هذا البرنامج الذي سيشارك فيه ابنهم و قامت المرشدة بتوضيح ذلك لهم فوافقوا على مشاركة أبنائهم في البرنامج ، وقد قدمت المرشدة الشكر الجزيل لأفراد المجموعة الذين قدموا أوراق الموافقة لها بعد موافقة أولياء أمورهم عليها ، ثم بدأت الجلسة الأولى بتذكيرهم بنفسها قائلة في الجلسة السابقة عرفتكم بنفسي و اليوم بمشيئة الله في هذه الجلسة سأتعرف عليكم أكثر و ستتعرفون أنتم أيضا على بعضكم البعض ، و سأوزع عليكم الآن بطاقات أرجو منكم قراءتها

جيدا والإجابة عليها ، فقامت المرشدة بتوزيع بطاقات التعارف على أفراد المجموعة ملحق رقم (8–2) و التي اشتملت على اسم العضو و صفه و أحب الهوايات لديه و ماذا يحب أن يكون عندما يكبر ، و قد أعطتهم المرشدة الوقت لتعبئتها و قامت بمساعدة من يواجه صعوبة في كتابة الكلمات ، و بعد انتهائهم من ذلك ، طلبت المرشدة من كل عضو أن يقف أمام زملائه ليعرف عن نفسه من خلال ما كتبه في بطاقة التعارف .

الهدف (3):

- أن يفهم أعضاء المجموعة الهدف الأساسي من حضورهم لجلسات البرنامج الإرشادي.

المدة الزمنية : (15) دقائق.

الأساليب الإرشادية: الحوار و المناقشة – المحاضرة المبسطة.

اجراءات التنفيذ:

بعد أن تعرف أفراد المجموعة على بعضهم البعض شرعت المرشدة في توضيح السبب من وجودهم في هذا البرنامج حيث تم ابلاغهم أنهم سيشاركون في برنامج مدته ثمان أسابيع في كل أسبوع ثلاث لقاءات سيساعدهم في التقليل من مشكلة النشاط الزائد و ذلك من خلال أنشطة و ممارسات متنوعة ستنفذ خلال جلسات البرنامج كما نبهت المرشدة الأعضاء على أنه سيكون في نهاية كل جلسة واجب بيتي عليهم الإلتزام بأدائه، و وضحت لهم بأنه سيكون هنالك جدول يضم أسماء الأعضاء سيصاحبنا خلال جميع الجلسات في حال قام العضو بسلوك مرغوب فيه سيتم وضع نجمة أمام اسمه أما إذا قام بسلوك غير مرغوب فيه سيتم سحب تلك النجمة و في نهاية كل أسبوع سيتم حساب عدد النجوم لكل عضو فإن حصل العضو على خمس نجوم خلال الأسبوع يتم استبدالها بهدية محببة للعضو ، و أخبرتهم أن نسخة من الجدول ستكون معلقة في صفهم حيث ستقوم المعلمة أيضا بمراقبة سلوكهم فإن قام العضو بسلوك مرغوب فيه ستضع له المعلمة نجمة أمام اسمه و إذا قام بسلوك غير مرغوب فيه ستقوم بسحب النجمة ، و قد قامت المرشدة بالإتفاق مسبقا مع معلمات المواد على ذلك ، كما قامت المرشدة بسؤال الأعضاء عن أحب الأشياء إليهم بالترتيب ملحق رقم (8–3) ، فكان أحب شيء لديهم هو الحصول على

سيارة بجهاز تحكم عن بعد ، و قد قامت المرشدة بتأخير هذه الهدية المحببة إلى نهاية البرنامج ليستمر العضو في السلوكيات المرغوب فيها ، كما وضحت لهم المرشدة لهم أنه سيكون هناك تقييم أسبوعي لهم ملحق (8–4) ستقوم معلمة كل عضو بتقييمه على عدة نقاط : كالمشاركة الصفية ، الانتباه لشرح المعلمة ، المواظبة على حل الواجبات و من يكون تقييمه ممتاز أو جيد جدا تضاف له نجوم بجانب بحسب عدد مرات الامتياز .

الهدف (4):

- أن يتعرف أعضاء المجموعة على قواعد السلوك الجيد التي ينبغي الالتزام بها أثناء البرنامج الإرشادي.

المدة الزمنية : (15) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: الحوار و المناقشة – المحاضرة المبسطة.

الأدوات المستخدمة: بطاقة قواعد السلوك الجيد – بطاقة تقييم الجلسة .

اجراءات التنفيذ:

قامت المرشدة بتوزيع بطاقة قواعد السلوك الجيد ملحق رقم (8–7) على أعضاء المجموعة التي يجب عليهم أن يلتزموا بها خلال الجلسات الإرشادية ، و قامت بقراءة القواعد أمامهم و شرحت لهم القواعد بشيء من التفصيل ، و وضحت لهم ضرورة و أهمية الإلتزام بهذه القواعد ، و في ختام الجلسة شكرت المرشدة أعضاء المجموعة على مشاركتهم في البرنامج و ذكرتهم بموعد الجلسة القادمة.

الجلسة الإرشادية الثانية

(النشاط الزائد)

اليوم والتاريخ: الاثنين 18/2/2013 الساعة:7:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

التعرف على اضطراب النشاط الزائد.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1) و (2) :

- أن يتعرف أعضاء المجموعة على مفهوم النشاط الزائد.
- أن يتعرف أعضاء المجموعة على أعراض النشاط الزائد.

المدة الزمنية : (20) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: الحوار و المناقشة – المحاضرة المبسطة – التعزيز .

الأدوات المستخدمة: صور – حاسوب – بروكسيما .

اجراءات التنفيذ:

شكرت المرشدة أعضاء المجموعة على التزامهم بالحضور للجلسة في الوقت و المكان المحدد ، و بدأت المرشدة الجلسة بقولها : " لقد أخبرتكم سابقا بأنه من خلال سؤالي للمعلمات وأولياء الأمور عنكم تبين أن لديكم أعراض النشاط الزائد و ربما تتساءلون في أنفسكم ما معنى النشاط الزائد و سوف أوضح لكم في هذه الجلسة بإذن الله معنى النشاط الزائد و أعراضه و أسبابه و النتائج المترتبة عليه ، فبدأت معهم بشرح مفهوم النشاط الزائد بشكل مبسط و ميسر لأعضاء المجموعة بصورة تتناسب مع سنهم ، حيث قامت بعرض مقطع فيديو على جهاز الحاسوب لشخصية تقوم بممارسات تمثل أعراض و مظاهر النشاط الزائد كضرب القطة و تخريب

الممتلكات العامة كالمصعد الكهربائي و أخذ الأشياء بدون استئذان و إلحاق الأذى بالآخرين و غيرها من المظاهر بعد انتهاء المقطع طلبت من الأعضاء استخراج أهم السلوكيات غير الصحيحة التي قامت بها الشخصية و قد قام أعضاء المجموعة باستنتاجها وتم تعزيزهم ، كما تم عرض مجموعة صور تمثل أعراضا أخرى للنشاط الزائد كالاندفاعية في عبور الشارع دون الانتباه للسيارات و تسلق الأشياء المرتفعة وغيرها ، و بعد عرض كل صورة تطلب المرشدة من الأعضاء استنتاج السلوكيات غير المرغوب فيها من الصورة و بعد أن لخص أعضاء المجموعة هذه السلوكيات ، أخبرتهم المرشدة أن كل ما شاهدتموه في مقطع الفيديو و كل ما رأيتموه في الصور و قمتم باستنتاجه هي كلها أعراض النشاط الزائد ، فالنشاط الزائد يا طلابي له ثلاثة فروع هي : الحركة المفرطة – الإندفاعية – تشتت الإنتباه .

الهدف (3):

- أن يتعرف أعضاء المجموعة على الآثار و النتائج السلبية للنشاط الزائد.

المدة الزمنية : (20) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: الحوار والمناقشة – المحاضرة المبسطة – التعزيز – الواجب البيتي .

الأدوات المستخدمة: أقلام – سبورة .

اجراءات التنفيذ:

بدأت المرشدة بذكر الآثار السلبية لأعراض ومظاهر النشاط الزائد من خلال الحوار و المناقشة ، حيث وضحت لهم بأن سلوكيات النشاط الزائد لها آثارا سلبية اجتماعية و تعليمية و نفسية على الفرد ، و بدأت بشرح كل أثر من هذه الآثار على حدة فالآثار الإجتماعية تتمثل في أن طفل النشاط الزائد يضايق والديه و إخوته و معلماته و زملائه بسلوكياته غير المرغوب فيها و التي تجعله عرضة دائما للنهر و الزجر الذي يؤثر على نفسيته و يجعله يشعر بالإحباط ، فاعتداءه على زملائه في الصف و أخذ أدواتهم الشخصية بدون استئذان و عدم احترامهم أثناء اللعب معهم يجعله غير محبوبا بين أصدقائه ، كما أن كثرة حركاته و قلة انتباهه تؤثر على مستواه

الدراسي في المدرسة حيث يتدنى المستوى الدراسي بسبب عدم انتباهه لشرح المعلمة و عدم مواظبته على حل الواجبات بسبب نسيانه لها ، كما أن اندفاعيته في الإجابة على الأسئلة دون التفكير فيها يجعله يخطئ فيها و بالتالي تدني المستوى التحصيلي له و اندفاعيته في المشي و الركض و عدم انتباهه للسيارات المارة في الشارع يعرض حياته للخطر ، و بعد هذا طلبت المرشدة من بعض الأعضاء ذكر و تلخيص بعض الآثار السلبية للنشاط الزائد ، و تم تعزيزهم بالثناء عليهم ، وفي ختام الجلسة شكرت المرشدة الأعضاء على تفاعلهم معها و وزعت عليهم الواجب البيتي وهو عبارة عن مجموعة صور يضع علامة (√) تحت الصورة التي تمثل أعراض النشاط الزائد ، و ذكرتهم بضرورة حله و انه سيتم مناقشته في بداية الجلسة القادمة .

الجلسة الإرشادية الثالثة

(خطوات حل المشكلة)

اليوم والتاريخ: الأربعاء 20/2/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية:40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

تعريف أعضاء المجموعة على خطوات حل المشكلة.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1):

- أن يتعرف أعضاء المجموعة على مفهوم المشكلة.

المدة الزمنية : (15) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: الحوار و المناقشة .

الأدوات المستخدمة: أقلام – سبورة .

اجراءات التنفيذ:

بعد أن رحبت المرشدة بأعضاء المجموعة بدأت معهم في مناقشة الواجب البيتي و تذكيرهم بما تمت مناقشته في الجلسة السابقة ، ثم وضحت لهم أن النشاط الزائد يعتبر مشكلة بالنسبة لهم ، فما معنى المشكلة ؟ تدرجت مع الأعضاء حتى تم التوصل إلى مفهوم المشكلة بأنها موقف أو سؤال يحتاج إلى حل ، و قامت بكتابة التعريف على السبورة ، و أخبرتهم أنه لابد من اتباع خطوات معينة حتى أحل مشكلتي بطريقة صحيحة ، و اليوم بإذن الله سأعرفكم على خطوات حل المشكلة.

الهدف (2):

- أن يتعرف أعضاء المجموعة على خطوات حل المشكلة.

المدة الزمنية : (25) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: الحوار و المناقشة – النمذجة – التعزيز – لعب الدور– الواجب البيتي

الأدوات المستخدمة: بطاقة خطوات حل المشكلة.

اجراءات التنفيذ:

قامت المرشدة بتوزيع بطاقة خطوات حل المشكلة على الأعضاء ملحق (8–9) ، و طلبت من أحد الأعضاء قراءتها أمام زملائه بصوت عال و تم تعزيزه ، ثم قامت المرشدة بشرح كل خطوة بالتفصيل لأعضاء المجموعة و قدمت لهم مثال على مشكلة معينة و هي كالتالي:

1.**المشكلة** : أنني لا أنتبه للمعلمة أثناء الشرح.

2.**تحديد مدى حجم المشكلة وأسبابها:** أنا دائما لا أنتبه للمعلمة لأنني أفكر في أمور أخرى و أنشغل بالعبث بأقلامي و في كثير من الأحيان أتحدث مع زملائي أثناء الشرح أنظر إلى الخارج من خلال النافذة.

3.**توليد البدائل:**

–أحاول أن أنتبه للمعلمة لأكبر قدر زمني ممكن.

–لا أنشغل بأقلامي بل أركز بصري على المعلمة.

–لا أتحدث إلى زملائي أثناء الحصة.

4.**اختيار الحل المناسب:** أن أنتبه للمعلمة لأكبر قدر زمني ممكن وأركز بصري عليها.

5.**تقييم نجاح البديل المسخدم:** لقد قمت بعمل جيد ومفيد لقد انتبهت لشرح معلمتي لمدة 10 دقائق متواصلة و هذا ممتاز و غدا سأحاول الانتباه أكثر و أكثر.

و بعد شرح الخطوات قامت المرشدة بلعب دور الطالب الذي يعاني من مشكلة ضعف الإنتباه و قامت تحل مشكلتها باتباع خطوات حل المشكلة ، ثم طلبت من بعض الأعضاء أن يقوم بنمذجة

المعلمة و لعب دور الطالب الذي يعاني من مشكلة ضعف الإنتباه و كيف سيتبع خطوات حل المشكلة لحل هذه المشكله و يفعل مثل ما فعلت المرشدة أمامهم و قد تم تعزيز كل عضو قام بذلك ، و بعد أن تأكدت المرشدة من فهم الأعضاء لخطوات حل المشكلة و زعت عليهم الواجب البيتي و هو **قم بإعادة ترتيب خطوات حل المشكلة** ، و تم تذكيرهم بموعد الجلسة القادمة و أنه ستتم مناقشة الواجب البيتي في بدايتها.

الجلسة الإرشادية الرابعة

(الضبط الذاتي)

اليوم و التاريخ: السبت 23/2/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية:40 دقيقة.

الهدف العام من الجلسة:

التعرف على خطوات الضبط الذاتي.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1) و(2) :

- أن يتعرف أعضاء المجموعة على مفهوم الضبط الذاتي.
- أن يتعرف أعضاء المجموعة على أهمية مهارة الضبط الذاتي في خفض النشاط الزائد لديهم.

المدة الزمنية : (20) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: الحوار و المناقشة – التعزيز .

الأدوات المستخدمة: أقلام – السبورة.

اجراءات التنفيذ:

ألقت المرشدة التحية و السلام على أعضاء المجموعة ، و في البداية تمت مناقشة الواجب البيتي مع المجموعة بعد أن قام الجميع بحله ، ثم تطرقت المرشدة إلى موضوع الجلسة حيث قالت المرشدة للأعضاء اليوم سأخبركم عن خطوات سنتدرب عليها معا و هي مهمة ستساعدكم كثيرا في التغلب على مشكلة النشاط الزائد لديكم و هي "الضبط الذاتي" ، ثم عرفت المرشدة للأعضاء معنى الضبط الذاتي في صورة مبسطة تتناسب مع عمر أفراد المجموعة حيث تم تعريف الضبط الذاتي بأنه القدرة على التحكم في نفسي و ذاتي في موقف يتطلب مني ذلك و قامت المرشدة بكتابته على السبورة و قام كل الأعضاء بإعادة التعريف و فهمه ، ثم بينت

المرشدة أهمية هذه المهارة للأعضاء بأنها ستساعدهم في حل الكثير من المشاكل التي يعانون منها.

الهدف (3):

- أن يتعرف أعضاء المجموعة على خطوات الضبط الذاتي.

المدة الزمنية : (20) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: الحوار والمناقشة – النمذجة – التعزيز – لعب الدور – الواجب البيتي

الأدوات المستخدمة: بطاقة خطوات الضبط الذاتي .

اجراءات التنفيذ:

و زعت المرشدة بطاقة خطوات الضبط الذاتي ملحق (8–10) على المجموعة و طلبت من أحد أفراد المجموعة قراءة الخطوات أمام الجميع بصوت عال و تم تعزيزه ، و خطوات الضبط الذاتي هي:

1. أسئلة تتعلق بالسلوك المستهدف (ما الذي يريده المعلم مني) ؟
2. إجابات عن تلك الأسئلة يقدمها الطفل بنفسه (يريد مني المعلم أن ....)
3. تحدث ذاتي يهدف إلى توجيه الطفل لتأدية المهمة التي يريدها المعلم (علي أن أفعل كذا و كذا......).
4. تعزيز ذاتي (لقد فعلت المطلوب مني ، و في حالة الفشل يقول سأحاول أن أفعلها في المرة القادمة).

بعدها قامت المرشدة بشرح الخطوات خطوة خطوة أمام أفراد المجموعة حيث تم اختيار مشكلة معينة و معالجتها عن طريق خطوات الضبط الذاتي و هي مشكلة تكرار الخروج من المقعد الدراسي أثناء الحصة ، و قامت المرشدة بتمثيل دور الطالب الذي يعاني من هذه المشكلة أكثر من مرة حيث مثلتها أولا بصوت مسموع ثم بصوت خافت و بعدها بصوت داخلي في ذاتها ثم

طلبت من كل عضو أن يقلد المرشدة فيما فعلته و يلعب الدور ، و قد أجاد الطلاب هذا الدور و تم تعزيزهم ، و في الختام لخصت المرشدة كل ما دار في الجلسة و وزعت الواجب البيتي على الأعضاء وهو عبارة عن مشكلة "**اللعب بغير هدوء** " و طلبت منهم حلها وفق خطوات الضبط الذاتي و التدرب على هذه الخطوات.

الجلسة الإرشادية الخامسة

(الضبط الذاتي لخفض الحركة المفرطة)

اليوم و التاريخ : الاثنين 25/2/2013 الساعة: 7:00 المدة الزمنية:40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

أن يطبق أعضاء المجموعة خطوات الضبط الذاتي لخفض الحركة المفرطة.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1):

- أن يمارس الأعضاء خطوات الضبط الذاتي لخفض الحركة المفرطة عمليا.

المدة الزمنية : (40) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: الحوار و المناقشة – النمذجة – التعزيز – لعب الدور– الواجب البيتي

الأدوات المستخدمة: بطاقة خطوات الضبط الذاتي.

اجراءات التنفيذ:

رحبت المرشدة بأعضاء المجموعة ، و قامت بمناقشة الواجب البيتي معهم ، ثم أخبرتهم بأنهم جميعا سيطبقون خطوات الضبط الذاتي لخفض الحركة المفرطة فقامت المرشدة أولا بتطبيق الخطوات أمامهم ثم طلبت من كل واحد منهم أن يقوم بذلك أمام جميع الأعضاء و تم تعزيز كل من قام بالخطوات ، و قد شارك الجميع في تطبيق الخطوات التي كانت كالتالي:

1 . أسئلة تتعلق بالسلوك المستهدف (ما الذي تريده المعلمة مني) .

2 . إجابات عن تلك الأسئلة يقدمها الطفل بنفسه (تريد مني المعلمة أن لا أعبث بأقلامي أثناء الشرح)

3 . تحدث ذاتي يهدف إلى توجيه الطفل لتأدية المهمة التي يريدها المعلم (علي أن ألتزم بالهدوء ولا أعبث بأقلامي أثناء شرح معلمتي للدرس وسأحاول بإذن الله أن أضبط ذاتي و لا أعبث بالأقلام و لو لمدة 10 دقائق)

4 . تعزيز ذاتي (ممتاز لقد تمكنت من عدم العبث بأقلامي خلال الشرح و سأحاول غدا بإذن الله أن لا أعبث بالأقلام مدة أطول**).**

بعد أن طبق الجميع الخطوات شكرت المرشدة الجميع و قالت لهم حاولوا أن تحلوا مشكلة "**إثارة الفوضى و الإزعاج أثناء الحصة الدراسية**" من خلال اتباع خطوات مهارة الضبط الذاتي ، و أخيرا شكرت المرشدة الأعضاء على الحضور ، و ذكرتهم بضرورة حل الواجب البيتي الذي ستتم مناقشته في بداية الجلسة القادمة.

الجلسة الإرشادية السادسة

(الضبط الذاتي لتحسين مستوى الإنتباه)

اليوم و التاريخ: الأربعاء 27/2/2013 الساعة:7:00 المدة الزمنية:**40 دقيقة**

الهدف العام من الجلسة:

أن يطبق أعضاء المجموعة خطوات الضبط الذاتي لتحسين مستوى الإنتباه.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1):

- أن يمارس الأعضاء خطوات مهارة الضبط الذاتي لتحسين مستوى الانتباه عمليا.

المدة الزمنية : (40) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: الحوار و المناقشة – النمذجة – التعزيز – لعب الدور– الواجب البيتي

الأدوات المستخدمة: بطاقة خطوات الضبط الذاتي.

اجراءات التنفيذ:

رحبت المرشدة بأعضاء المجموعة ، و في بداية الجلسة تمت مناقشة الواجب البيتي الذي اجتهد الأعضاء في حله و أخرجت المرشدة عضوا ليعرض حله للواجب أمام الجميع و تم تعديل بعض الأخطاء التي وقع فيها ، ثم قالت المرشدة للأعضاء سنطبق بإذن الله نفس الخطوات السابقة لتحسين مستوى الإنتباه ، و قد اختارت المرشدة مشكلة "**تشتت انتباه الطفل لأي مثير خارجي**" ، و قالت أن الكثير من المعلمات يشكين من كثرة تشتت انتباهكم لأي شيء يحدث أو أي حركة و لو كانت بسيطة و هذا يزعج المعلمة ، و الآن استمع و انظر إلي و أنا أقوم بهذه الخطوات:

1 . **أسئلة تتعلق بالسلوك المستهدف** (ما الذي تريده المعلمة مني) .

2 . إجابات عن تلك الأسئلة يقدمها الطفل بنفسه (تريد مني المعلمة أن أنتبه إليها و لا ألتفت لأي حركة أو صوت يحدث)

3 . تحدث ذاتي يهدف إلى توجيه الطفل لتأدية المهمة التي يريدها المعلم (علي أن أنتبه جيدا للمعلمة و لا ألتفت لأي مثير يحدث وسأحاول أن أفعل ذلك اليوم لمدة 10 دقائق)

4 . تعزيز ذاتي (ممتاز لقد تمكنت من الإنتباه الجيد للأستاذة و سأحاول غدا بإذن الله أن أنتبه لها لمدة أطول ، و في حالة الفشل يقول لا بأس سأحاول غدا بإذن الله).

ثم طلبت المرشدة من الأعضاء تطبيق هذه الخطوات أمام الجميع في المرة الأولى بصوت مسموع ثم بصوت خافت ثم بصوت خفي في داخله ، و قد تم تعزيز كل من قام بلعب الدور ، ثم شكرت المرشدة أعضاء المجموعة ، و وزعت لهم الواجب البيتي المتمثل في التدرب على خطوات الضبط الذاتي لزيادة مستوى الإنتباه لديك أثناء شرح المعلمة.

الجلسة الإرشادية السابعة

(الضبط الذاتي لخفض بعضا من أعراض السلوك الإندفاعي)

اليوم و التاريخ: السبت 2/3/2013 الساعة: 7:00 المدة الزمنية:40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

أن يطبق أعضاء المجموعة خطوات الضبط الذاتي لخفض بعضا من أعراض السلوك الإندفاعي.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1):

- أن يمارس الأعضاء خطوات مهارة الضبط الذاتي لخفض بعضا من أعراض السلوك الإندفاعي عمليا.

المدة الزمنية : (40) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: الحوار والمناقشة – النمذجة – التعزيز – لعب الدور– الواجب البيتي

الأدوات المستخدمة: بطاقة خطوات الضبط الذاتي.

اجراءات التنفيذ:

ألقت المرشدة السلام على الأعضاء و بدأت معهم بمناقشة الواجب البيتي و قد لاحظت الباحثة أن الطلاب بدؤوا يفهموا الخطوات أكثر ، ثم أخبرتهم بأننا خلال هذه الجلسة سنطبق أيضا نفس الخطوات و لكن لحل مشكلة أخرى وهي "**مقاطعة المعلمة أثناء الشرح**" ، و قد تم اتباع نفس الخطوات السابقة ، و قد طلبت من الأعضاء أن يقوموا بالخطوات مرة بصوت مسموع ثم بصوت خافت ثم بصوت خفي ، و قد قام الأعضاء بلعب الدور بشكل جيد ، ثم شكرت الباحثة الأعضاء و وزعت عليهم الواجب البيتي و هو اتباع نفس الخطوات السابقة في تعويد نفسك على انتظار دورك أثناء اللعب مع زملائك ، و ذكرتهم بموعد الجلسة القادمة.

الجلسة الإرشادية الثامنة

(تحسين مستوى سلوك الإنتباه)

اليوم و التاريخ: الاثنين 4/3/2013 الساعة: 7:00 المدة الزمنية:40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

تحسين مستوى السلوك الإنتباهي لدى أعضاء المجموعة.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1) :

- أن يفهم أعضاء المجموعة معنى الإنتباه.

المدة الزمنية : (10) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: الحوار و المناقشة – التساؤل – محاضرة مبسطة – تعزيز.

الأدوات المستخدمة: أقلام – سبورة.

اجراءات التنفيذ:

رحبت المشرفة بأعضاء المجموعة و في البداية ناقشت معهم الواجب البيتي باخراج عضو أمام المجموعة ليشرح كيف حل واجبه ، و قد ساعدت المرشدة العضو في حالة وقوعه في خطأ و تم تعزيزه ، ثم بدأت المرشدة الجلسة بالتحدث عن أهم شي يساعد العضو في فهم دروسه و هو "**الإنتباه الجيد لشرح المعلمة**" فسألتهم ما معنى الإنتباه ؟ و قد اختلفت إجاباتهم فمنهم من أجاب الإنتباه هو أن أستمع جيدا للمعلمة فيما تقوله ، و منهم من أجاب هو أن أفهم ما تقوله المعلمة أثناء الشرح ، و تم تعزيز الذين أجابوا ، ثم أخبرتهم المرشدة بتعريف الإنتباه بما يتناسب مع فئتهم العمرية ، و هو أن أركز شعوري و كل حواسي فيما تقوله المعلمة و لا أنشغل بأي شيء آخر كالتحدث إلى زملائي أو العبث بأقلامي ، فالإنتباه جدا مهم لأنه يساعدني على فهم

دروسي و على المشاركة المستمرة داخل الصف و على حل أسئلة الاختبارات و بالتالي ارتفاع مستوى التحصيل الدراسي عندها سأنال محبة والداي و معلماتي.

الهدف (2):

- أن يقوم أعضاء المجموعة بممارسة بعض الأنشطة التي تسهم في تحسين مستوى السلوك الإنتباهي لديهم مثل: استخراج الفرق بين الصورتين ، و اللعبة الألكترونية "هذه البطاقة مع هذه البطاقة".

المدة الزمنية : (30) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: اللعب – التعزيز – الواجب البيتي.

الأدوات المستخدمة: مجموعة صور – حاسوب – بروكسيما – لعبة تصنيف الألوان.

اجراءات التنفيذ:

قامت المرشدة بإعطاء الأعضاء بعض الأنشطة التي تساعدهم على تحسين تركيز الانتباه لديهم ، فأعطت كل عضو ورقة فيها صورتين ملحق (9–1) لنفس الشكل و لكن فيها اختلافات بسيطة و على العضو أن يركز جيدا على الصورتين لاستخراج الفوارق فيما بينهما ، و قد نجح الأعضاء فعلا في استخراج الفروق و لكن بتفاوت في الفترة الزمنية بينهم ، فمنهم من انتهى في وقت قصير و منهم من استغرق وقتا أطول ، ثم قامت المرشدة بتشغيل الحاسوب و طلبت من كل عضو على حدة أن يقوم بلعب لعبة المطابقة بين البطاقات المتشابهة مع تحديد فترة زمنية لكل عضو ثم عرضت أمامهم لعبة تصنيف الألوان ملحق (9–2) و هي عبارة عن لوحة فيها كرات صغيرة حمراء و خضراء و صفراء و زرقاء ، على العضو أن يمسك القلم المغناطيسي لجذب الكرات ذات اللون الواحد في مكان واحد وهي لعبة تحتاج إلى تركيز من قبل الأعضاء ، و قد كان الأعضاء متفاعلون في هذه الجلسة فشكرتهم المرشدة على ذلك و وزعت عليهم الواجب البيتي و هو عبارة عن مجموعة من الصور يقوم بالتركيز فيها ليصنفها في مجموعات بحسب العامل المشترك بينها.

الجلسة الإرشادية التاسعة

(تابع/ تحسين مستوى سلوك الإنتباه)

اليوم و التاريخ: الأربعاء 6/3/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية:40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

تحسين مستوى السلوك الإنتباهي لدى أعضاء المجموعة.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1):

- أن يمارس الأعضاء بعض الأنشطة التي تساعدهم على تحسين مستوى سلوكهم الإنتباهي .

المدة الزمنية : (40) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: اللعب – التعزيز – الواجب البيتي.

الأدوات المستخدمة: مجموعة أدوات " مقص – قلم حبر – قلم رصاص – بطارية – ممحاة – متر القياس) – لوحة صغيرة مصورة على لوح كرتوني ومقسمة إلى أجزاء ، صحن ، حبوب (عدس – هريس – بازلاء)

اجراءات التنفيذ:

في بداية الجلسة شكرت المرشدة الأعضاء على حضورهم الدائم و المبكر للجلسة ، و بدأت معهم بمناقشة الواجب البيتي الذي قام الجميع بحله بشكل صحيح ، ثم قالت لهم سنحاول اليوم معرفة مدى قدرتكم على التركيز فسأعرض أمامكم مجموعة أدوات ركزوا فيها جيدا ثم سأطلب من كل واحد منكم أن يقف أمام هذه الأدوات و يمعن النظر فيها ثم عليه أن يدير ظهره حتى أقوم بإخفاء احدى هذه الأدوات ثم عليه أن يركز و يكتشف ما هي الأداة الناقصة ، و الفائز من

يعرف الاداة الناقصة و يتم تعزيزه ، و قد أبدى الجميع سروره و تفاعله في هذه اللعبة و كانوا ملتزمين بانتظار دورهم .

بعد الانتهاء من هذا النشاط قامت المرشدة بتوزيع لوحة مصورة صغيرة على لوح كرتوني ومقسمة إلى أجزاء صغيرة ملحق (9–4) على العضو أن يبعثر هذه الأجزاء الصغيرة ليعيد ترتيبها مرة أخرى ليرجع الصورة إلى ما كانت عليه و الفائز من يرتب الصورة أولا ، و قد لاحظت المرشدة مدى تفاعل الأعضاء في هذا النشاط و هم يبذلون جهدهم لتركيب هذه الأجزاء التي تحتاج إلى تركيز و انتباه منهم ، و قد أنهوا ترتيبها بتفاوت زمني بينهم كل بحسب سرعة تركيزه .

ثم وزعت المرشدة بينهم صحون كل صحن به مجموعة مختلطة من الحبوب (هريس– بازلاء – عدس) ملحق (9–5)على كل عضو أن يركز جيدا ليقوم بفصل كل نوع على حدة و الفائز من ينتهي أولا من فرز كل نوع على حدة.

و في ختام الجلسة شكرت المرشدة الأعضاء على ممارساتهم الجميلة خلال النشاط إذ التزموا بالهدوء ، و وزعت عليهم الواجب البيتي و هو عبارة عن متاهة على العضو أن يركز في المتاهة ليتمكن من حلها.

الجلسة الإرشادية العاشرة

(التقيد باتباع التعليمات والأوامر)

اليوم و التاريخ: السبت 9/3/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

تقيد أعضاء المجموعة باتباع التعليمات والأوامر.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1):

- أن يتبع الأعضاء التعليمات الواردة لاستكمال حصولهم على مجسم برج ايفل.

المدة الزمنية : (40) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: اللعب – التعزيز – الواجب البيتي – الحوار و المناقشة.

الأدوات المستخدمة:مجموعة أجزاء و قطع لمجسم برج ايفل.

اجراءات التنفيذ:

ألقت المرشدة التحية و السلام على أعضاء المجموعة ، و اطلعت على الواجب البيتي للأعضاء ، ثم بدأت الجلسة معهم بتوضيح أهمية اتباع التعليمات في الحياة بشكل عام فقالت لهم أن اتباع التعليمات أمر مهم وضروري ، فعلي أن ألتزم بتعليمات و قوانين المدرسة وأن ألتزم بالتعليمات التي تعطينا اياها المعلمة في الصف أو التي يعطينا اياها الوالدين في المنزل ، لأنني عندما أستمع لتعليمات معلمتي فإنني أتمكن من حل الأسئلة و الأنشطة بشكل صحيح و عندما ألتزم بتعليمات و أوامر والدي أكون مأجورا مع الله تعالى و بالتالي أكون محبوبا و محترما بين الجميع.

و سأبين لكم اليوم كيف أن اتباع التعليمات بشكل صحيح يساعدني دائما للوصول إلى الهدف المطلوب ثم قالت لهم سنقوم اليوم بتشكيل مجسم برج ايفل ملحق (9–7) من خلال هذه القطع التي أمامكم و المطلوب منكم أن تتبعوا التعليمات الواردة على المجسم ليسهل عليكم تشكيل المجسم في أسرع وقت ، و لا يجوز لأي عضو أن يتخطى التعليمات الواردة ، و قد قامت الباحثة بمتابعة عمل الأعضاء و ساعدتهم في بعض الأمور إلى أن تم تشكيل المجسم بشكل صحيح و ذلك لاتباعهم التعليمات الواردة في المجسم فشكرتهم المرشدة على ذلك و وزعت عليهم الواجب البيتي و هو عبارة عن صور لقصة قصيرة مبعثرة على الأعضاء ترتيب القصة ومن ثم استنتاج الخطأ الذي قام به الدب و أدى إلى بكائه.

الجلسة الإرشادية الحادية عشر

(التزام الطفل بتنظيم جدوله اليومي)

اليوم و التاريخ: الإثنين 11/3/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

التزام الأعضاء بتنظيم جدولهم اليومي.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1) و (2):

- أن يتابع الأعضاء مقطع الفيديو المعروض أمامهم باهتمام.
- أن يستنتج الأعضاء الأخطاء التي وقعت فيها الشخصية الكرتونية المعروضة.

المدة الزمنية : (40) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: التعزيز – الواجب البيتي – الحوار و المناقشة.

الأدوات المستخدمة: حاسوب – جهاز بروكسيما – أوراق.

اجراءات التنفيذ:

رحبت المرشدة بأعضاء المجموعة و ناقشت الواجب البيتي معهم فوجدتهم قد توصلوا للجواب الصحيح و هو أن الدب بكى لأنه لم يتبع تعليمات أمه و أوامرها، ثم بدأت بسؤالهم كيف تنظمون أوقاتكم و قد قام بعض الأعضاء بسرد جدولهم اليومي و تم تعزيزهم ، ثم وضحت المرشدة للأعضاء أهمية تنظيم الوقت و ماذا سيترتب من مشاكل في حال لم ننظم أوقاتنا ، ثم عرضت لهم مقطع فيديو لشخصية كرتونية "مشاكس" كان لديه اختبار في اللغة العربية و لكنه لم ينظم وقته و لم يستغله إذ كان يلعب في جهاز الحاسوب طوال الوقت و حتى وقت متأخر

من الليل و في الصباح لم يتمكن من حل الإختبار و في نهاية العام رسب في المادة ، و قد استنتج الأعضاء هذه النتائج السلبية بأنفسهم .

كما تم عرض مقطع آخر يبين أهمية الوقت حيث كان الأخوان على موعد في رحلة بحرية مع طلاب المدرسة فالأخت قامت بتنظيم جدولها اليومي و نامت مبكرا بينما أخوها استمر طوال الليل في اللعب بلعبته الإلكترونية حتى الفجر ثم نام و في الصباح استيقظت الأخت مبكرا و حاولت ايقاظ أخيها لكنه كان تعبا لم يتمكن من النهوض و فاتته الرحلة البحرية التي كان يتمناها فبكى كثيرا على ذلك ، و قد استنتج الأعضاء الخطأ الذي وقع فيه الأخ .

و في الختام ذكرتهم المرشدة بأن الوقت من أهم الأمور التي سيسألهم عنها الله تعالى ، فيجب عليهم أن يستغلوها استغلالا مفيدا فيما ينفعهم ، ثم وزعت عليهم المرشدة الواجب البيتي و هو عبارة عن صور مبعثرة لطالب منظم يسير في يومه وفق نظام ومنهج مرتب و على العضو أن يرتب هذه الصور ترتيبا صحيحا ، كما أعطت كل عضو جدول أسبوعي منظم يسلمه لوالدته لتتابعه خلال الأسبوع ملحق (9–10) و الجدول عبارة عن متابعة ليوميات الطفل خلال الأسبوع و هل سيلتزم بتنظيم يومه وفق ما ورد في الجدول حيث ستقوم الأم بوضع علامة على السلوك الذي سيلتزم بأدائه الطفل في ذلك اليوم.

الجلسة الإرشادية الثانية عشر

(التزام الطفل بأداء واجباته اليومية)

اليوم و التاريخ: الأربعاء 13/3/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

التزام الأعضاء بأداء واجباتهم اليومية.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1) و (2) :

- أن يستمع الأعضاء إلى القصة باهتمام.
- أن يستنتج الأعضاء أهمية كتابة الواجبات المنزلية.

المدة الزمنية : (30) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: التعزيز – الواجب البيتي – الحوار و المناقشة – محاضرة مبسطة.

الأدوات المستخدمة: أقلام – قصة مصورة.

اجراءات التنفيذ:

شكرت المرشدة أعضاء المجموعة على استمرارية حضورهم للجلسات ، و بدأت بمناقشة الواجب البيتي و قد تمكن الجميع من ترتيب الصور ترتيبا صحيحا و قام أحد الأعضاء بعرض الصور مرتبة أمام الجميع ، و تم تعزيزه ، ثم بدأت المرشدة بالحديث عن ضرورة كتابة الواجب المنزلي الذي تكلفني به معلمتي ، فهو يعينني على فهم الدرس أكثر و يرسخ المعلومة في ذهني كما أن درجاتي الدراسية ترتفع و بالتالي يتحسن مستواي الدراسي ، ثم قالت لهم استمعوا معي إلى هذه القصة فسردت لهم قصة حسام الذي كان مهملا في كتابة واجباته المنزلية طوال أيام السنة الدراسية و كان نادرا ما يكتب واجباته ، و كان دائما ما يتعرض للعقوبات من قبل المدرسة

كإنقاص درجاته أو إلزامه بالوقوف خلف الصف ، بينما كان زميله محمد ملتزما بحل واجباته المدرسية باستمرار ، و في نهاية العام حاز محمد على جائزة الطالب المثالي بينما حسام رسب و أعاد السنة الدراسية مرة أخرى ، و بعد سرد القصة بدأت المرشدة بطرح أسئلة للأعضاء حول القصة لتوصلهم في النهاية إلى أهمية كتابة الواجبات المدرسية ، و ضرورة الإلتزام بأدائها .

الهدف (3):

- أن يتدرب الأعضاء على استخدام مفكرة الواجبات المنزلية .

المدة الزمنية : (10) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: التعزيز – الواجب البيتي – الحوار و المناقشة .

الأدوات المستخدمة: أقلام – مفكرة .

اجراءات التنفيذ:

واصلت المرشدة حديثها قائلة إن من الأمور التي ستعينكم على تذكر واجباتكم و الإهتمام بحلها و أدائها ، هو ما سأقدمه لكم و هي مفكرة متوسطة الحجم للواجبات المنزلية ملحق (10-1) قامت بتوزيعها على أفراد المجموعة و هي عبارة عن كراسة متوسطة الحجم ، فعندما تكلف المعلمة الطالب بواجب معين يسرع الطالب إلى تسجيله في هذه المفكرة ، وقد دربتهم المرشدة على كيفية استخدامهم لها ، و شرحتها لهم بالتفصيل ، و في ختام الجلسة طلبت المرشدة من الأعضاء تسجيل واجب منزلي في مفكرتهم كواجب بيتي للجلسة ، و قد لاحظت أنهم فهموا كيفية التعامل مع المفكرة ، فشكرتهم على حسن استماعهم لها في هذه الجلسة و ذكرتهم بموعد الجلسة القادمة.

الجلسة الإرشادية الثالثة عشر

(المحافظة على الأدوات الشخصية)

اليوم و التاريخ:السبت 16/3/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

المحافظة على الأدوات الشخصية للعضو.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1) و (2):

- أن يمعن الأعضاء التركيز في الأدوات التي أمامهم.
- أن يقارن الأعضاء بين الأدوات التي شاهدوها.

المدة الزمنية : (40) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: التعزيز – الحوار و المناقشة – الواجب البيتي.

الأدوات المستخدمة: مجموعة أدوات (قلم رصاص مكسور و آخر سليم ، قلم حبر سليم و آخر قد جف حبره – دفتر أوراقه نظيفة و مرتبة و آخر أوراقه متسخة و ممزقة).

اجراءات التنفيذ:

ألقت المرشدة التحية و السلام على الأعضاء ، و ذكرتهم بما تمت مناقشته في الجلسة السابقة ، ثم بدأت الجلسة قائلة سأعرض أمامكم مجموعة من الأدوات فركزوا معي قليلا ، فقالت: أنت كطالب أيهما تفضل أن تملك قلم الرصاص المكسور أم السليم ؟ و أيهما تحب أن يكون لديك قلم حبر سليم لازال مداده موجود أو قلم حبر جف حبره؟ و أيهما تتمنى أن يكون دفترك الممزق المتسخ أم النظيف المرتب؟ و تقوم المرشدة بطرح هذه الأسئلة كل على حدة حتى يستنتجوا جميعا بأنهم يفضلون الأدوات السليمة النظيفة المرتبة ، و من هنا أخبرتهم المرشدة أنه حتى

يملك كل واحد منا أدواتا سليمة نظيفة لابد ان أحافظ عليها و لا أهملها ، و أن أحافظ دائما على نظافة و ترتيب حقيبتي و دفاتري و أن أهتم بأقلامي لأني سأحتاج إليها للكتابة ، و هذه المحافظة تكون بعدم نسيانها في أي مكان و أن أرجعها في مكانها الصحيح بعد انتهائي من استخدامها لأني سأحتاج إليها مرة أخرى ، و إسلامنا الحنيف يحثنا على النظافة في جميع أمورنا ، فإن كنا نحب الله و رسوله يجب علينا أن نحافظ على نظافتنا في كل شي أقلامنا – دفاترنا – حقيبتنا – ملابسنا.

و من ثم شكرت المرشدة الأعضاء و وزعت عليهم الواجب البيتي و هو عبارة عن مجموعة من الصور و المطلوب منه وضع علامة (√) تحت الصور التي تمثل السلوك الصحيح للمحافظة على الأدوات الشخصية و ادوات الآخرين.

الجلسة الإرشادية الرابعة عشر

(احترام قوانين اللعب)

اليوم و التاريخ:الاثنين 18/3/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

احترام قوانين اللعب.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1):

- أن يتعرف الأعضاء على مكان و زمان اللعب المناسب و غير المناسب .

المدة الزمنية : (20) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: التعزيز – الحوار و المناقشة – محاضرة مبسطة – التساؤل.

الأدوات المستخدمة: صور.

اجراءات التنفيذ:

رحبت الباحثة بأعضاء المجموعة و ناقشت معهم الواجب البيتي ، ثم بدأت بسؤالهم هل تحبون اللعب؟ فأجابوا جميعا : نعم ، فقالت لهم و متى تلعبون؟ و ماهي الأماكن التي تلعبون فيها في العادة؟ فتعددت إجابات الأعضاء فمنهم من كان يلعب في الأماكن الصحيحة كالملعب و منهم من كان يلعب في أماكن غير مناسبة كغرفة الجلوس في المنزل ، و منهم من كان يلعب في وقت مناسب و منهم من كان يلعب في وقت الطعام أو عندهم ضيوف ، ثم بدأت المرشدة تخبرهم بأماكن اللعب الصحيحة و غير الصحيحة عن طريق عرض صور أمامهم ملحق (10-3) و كان الأعضاء هم من استنتجوا أماكن اللعب المناسبة من خلال الصور ، ثم سألتهم

في أي وقت تحبون اللعب و هل يصح لي أن العب و عائلتي تتناول طعام الغداء؟ أو هل يصح لي أن ألعب و في بيتنا ضيوف؟ فأجابوا : لا ، ثم بدأت بمناقشتهم حول الوقت المناسب للعب ، بأنه لا يصح لي أن ألعب بالكرة و عائلتي تتناول الطعام فهذا ليس من آداب الإسلام كما أني سأسبب لهم الإزعاج مما قد يؤدي إلى نهري و زجري بل و حتى ضربي ، كما يجب علي أن أحترم ضيفي و لا أضايقه بلعبي في غرفة الضيوف ، فأنت لو كنت ضيفا عند عائلة ما ، هل تحب أن يضايقك أولادهم بلعبهم المزعج؟ فقالوا : لا ، فقالت لهم : هذا صحيح فرسول الله يقول : " لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه.

الهدف (2):

- أن يلتزم الأعضاء بقوانين اللعب أثناء أدائهم اللعبة في الجلسة.

المدة الزمنية : (20) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: التعزيز – الحوار و المناقشة – محاضرة مبسطة – التساؤل – الواجب البيتي.

الأدوات: دوائر بلاستيكية حمراء و صفراء و خضراء .

اجراءات التنفيذ:

قامت المرشدة بشرح ضرورة أن يكون اللعب هادئا بعيدا عن الفوضى و أن أحترم زملائي أثناء اللعب فعلي أن أنتظر دوري في اللعب و لا أتعدى على أدوارهم فإن ذلك يحرمهم من اللعب ، فهل ترضى أنت أن يحجز أحد دورك في اللعب؟ و لا أتعمد إلحاق الأذى بهم ، فلا أضربهم أو أحاول إسقاطهم كما أن الأذى قد يكون بأن أسخر منهم و أناديهم أثناء اللعب بألقاب هم لا يحبونها ، كما يجب علي أن أبتعد عن الغش في اللعب فهو ليس من أخلاق المسلم ورسولنا الحبيب يقول : " من غشنا فليس منا " ، فكل ذلك يجعل رفاقي و إخوتي يبتعدون عني و لا يحبون اللعب معي ، لأن اللعب سيصبح غير ممتع و لا مسل معي .

قامت المرشدة بعد ذلك بنثر ثلاث دوائر بلاستيكية حمراء و خضراء وصفراء ، و شرحت لهم قواعد اللعبة بأن على العضو أن يكون منتبها ومتريثا فعليه أن يسمع اللون الذي ستقوله المرشدة فإن قالت أحمر يقفز العضو إلى الدائرة الحمراء و إن قالت أصفر يقفز للصفراء و إن قالت أخضر يقفز للخضراء ، و على الجميع أن يحترم زملاءهم بانتظار دورهم ، و هذه اللعبة تفيد الطفل فهي تعلمهم ضبط النفس و التريث و عدم الإندفاعية و التفكير قبل التنفيذ كما تعلمه احترام قواعد اللعب و آدابه.

و في الختام سألت المرشدة الأعضاء ما أهم الأمور التي استفدتوها اليوم فأجابوا بإجابات رائعة ، ثم وزعت عليهم المرشدة الواجب البيتي وهو عبارة عن قصة قصيرة لشخصية "عمر" يقوم بتصرفات خاطئة تزعج زملاءه أثناء اللعب معه و على الأعضاء أن يستنتجوا هذه التصرفات التي جعلت من عمر طفلا غير محبوب بين زملائه و لا يحبون اللعب معه.

الجلسة الإرشادية الخامسة عشر

(تنمية مهارات التفاعل الإجتماعي في المنزل "مهارة الإستئذان")

اليوم و التاريخ: الأربعاء 20/3/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

أن يتعرف الأعضاء على مهارة الإستئذان.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1):

- أن يتعرف الأعضاء على أهمية الإستئذان في حياتنا.

المدة الزمنية : (20) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: التساؤل – التعزيز – محاضرة مبسطة.

اجراءات التنفيذ:

رحبت المرشدة بالأعضاء و ناقشت معهم الواجب البيتي حيث تمكن معظم الاعضاء من استخراج التصرفات غير الصحيحة التي قام بها حسام و جعلته غير محبوبا بين زملائه ، و قام احد الأعضاء بتلخيصها أمام المجموعة ، و قد عززته المرشدة ، ثم بدأت المرشدة بالحديث قائلة : بمشيئة الله تعالى سأحدثكم اليوم عن أمر مهم لابد منه في حياتنا اليومية سواء كنا في البيت أو المدرسة و هو خلق حميد ذكره الله تعالى في القرآن ألا و هو " الإستئذان" .

فمن يخبرني و يخبر زملاءه متى يجب عليكم أن تستئذنوا ؟ فأجاب معظمهم : عندما أريد الخروج من الصف أستأذن من المعلمة ، و عندما أزور صديقي أستأذن بالطرق على باب بيتهم.

فشكرتهم المرشدة على إجاباتهم و عززتهم على ذلك ، و وضحت لهم أن الإستئذان يكون في البيت و المدرسة و مع جميع أفراد المجتمع فيجب أن أستأذن من معلمتي و من زملائي و والداي و إخوتي و أخواتي.

فأستأذن من معلمتي قبل الخروج من الصف و قبل رغبتي في الخروج من مقعدي و أستأذنها قبل التحدث، و يكون الإستئذان مع زملائي فلا آخذ شيئا من أدواتهم بغير استئذان ، فهل تحب أنت أن يأخذ أحد من زملاءك أدواتك من غير أن يستأذن منك؟ بماذا ستشعر؟ فأجابوا بصوت جماعي : "بالضيق و الغضب" ، فقالت المرشدة : إذن يجب أن نحترم مشاعر بعضنا البعض ، كما يكون الإستئذان أيضا في المنزل فيجب أن أستأذن قبل الدخول على والداي أو على اخواني و أخواتي ، كما يجب أن ألتزم بالأدب الإسلامي في الإستئذان عندما أذهب لزيارة أحد زملائي في منزلهم ، فأخبره اولا بأني سأزوره وأحدد له موعد فقد لا يأذن لي بزيارته لأنه مشغول او خارج البيت ، فإذا أذن لي فيجب علي عند وصول البيت أن لا أدخل مباشرة بل أطرق الباب ثلاث مرات فإن أذن لي دخلت و إن لم يأذن لي رجعت ، فالإستئذان خلق مهم في حياتنا إذا التزمتم به كنتم أطفالا محترمين محبوبين في المجتمع .

الهدف (2):

- أن يتابع أعضاء المجموعة مقطع الفيديو باهتمام و تركيز.

المدة الزمنية : (20) دقيقة.

الأساليب الإرشادية : التعزيز – الحوار و المناقشة – الواجب البيتي.

الأدوات : جهاز حاسوب – بروكسيما.

قامت المرشدة بعرض مقطع فيديو يبين آداب الإستئذان ، و طلبت من الأعضاء تلخيص أهم آداب الإستئذان الواردة في المقطع ، و قد استخلص الأعضاء آداب الإستئذان الواردة في المقطع ، و لخصت لهم المرشدة أهم النقاط التي تمت مناقشتها خلال الجلسة ، و في الختام وزعت المرشدة الواجب على الأعضاء و هو عبارة عن قصة للطفلة ندى التي دخل عليها أخوها في

الغرفة دون إستئذان و هي تغير ملابسها فأخبرت والدتها ثم قامت الأم بمعالجة الموضوع مع ابنها و المطلوب من الأعضاء أن يستنتجوا الدروس المستفادة من قصة ندى.

الجلسة الإرشادية السادسة عشر

(تنمية مهارات التفاعل الإجتماعي في المدرسة "مهارة الإحترام")

اليوم و التاريخ:الأربعاء 23/3/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

أن يتعرف الأعضاء على مهارة الإحترام .

الأهداف الخاصة:

الهدف (1):

- أن يتعرف الأعضاء على أهمية الإحترام في حياتنا.

المدة الزمنية: (20) دقيقة.

الأساليب الإرشادية : التعزيز – الحوار و المناقشة.

الأدوات: قلم

اجراءات التنفيذ:

أبدت المرشدة سرورها بلقاء أعضاء المجموعة مجددا ، و بدأت الجلسة بالإستماع إلى الدروس التي استفادها الأعضاء من قصة ندى ، ثم بدأت بالتحدث عن خلق الإحترام و أنه مهم جدا لأكون محبوبا بين الناس ، فالإحترام يكون مع زملائي و مع عائلتي و مع معلمتي و في مدرستي و ضربت لهم مثالا بسيطا لكل نوع ، و في هذه الجلسة سنتحاور معا عن خلق الإحترام مع الزملاء ، فسألت المرشدة الأعضاء ما موقفك إذا أعطيت زميلك قلما و عندما طلبت منه أن يرجعه لك رفض إرجاعه و قال هذا قلمي؟ و بدأت المرشدة بأخذ آراء الأعضاء ، فمنهم من قال : سأضربه و منهم من قال : سأتركه و شأنه و منهم من قال : سآخذه عنه و هو خارج من

الصف ، و هنا بدأت المرشدة بتصويب الموقف للأعضاء ، حيث قالت لهم : إن زميلك عندما رفض اعطاؤك القلم قد يكون ناسيا أنه استلم منك قلما أو قد يظن بأن هذا قلمه لأنه يتشابه مع قلمه الذي فقده ، و في حالة رأيت شجارا بين زملائي لا أقوم بتشجيعهم على التشاجر و التصفيق لهم هيا من منكم سيغلب ، بل يجب ان أسارع إلى الصلح بينهم و أن أذكرهم بضرورة الإحترام فيما بينهم مهما كانت المسألة و أن تحل المسألة بطريقة سلمية .

الهدف (2):

- أن يتابع الأعضاء الفيديو باهتمام و تركيز .

المدة الزمنية: (20) دقيقة

الأساليب الإرشادية: التساؤل – الحوار و المناقشة – التعزيز– لعب الدور – الواجب البيتي.

الأدوات:جهاز حاسوب – بروكسيما

اجراءات التنفيذ:

قالت المرشدة : أرجو من الجميع الإنتباه والتركيز على مقطع الفيديو الذي سأعرضه أمامكم و الذي يوضح موقف الزملاء عندما شاهدوا اثنان من زملائهم يتشاجران و يتصارعان و يتبادلان الألفاظ البذيئة ، و بعد الإنتهاء من مشاهدة المقطع أخذت المرشدة بالإستماع لاستنتاجات الأعضاء حول مقطع الفيديو و التي كانت متميزة ، ثم طلبت المرشدة من بعض الأعضاء القيام بلعب دور العضوين المتشاجرين و الثالث يقوم بدور المصلح ، و اخبرتهم بأنه يجب ألا أسرع في ضرب زميلي أو إلقاء الألفاظ البذيئة عليه ، بل يجب أن يسود الإحترام بيننا أولا وحسن التفاهم ، و في الختام لخصت المرشدة كل ما دار في الجلسة و وزعت عليهم الواجب البيتي و هو عبارة عن مجموعة صور و يضع اشارة (√) تحت الصورة التي تمثل خلق الاحترام سواء كان في المدرسة او البيت.

الجلسة الإرشادية السابعة عشر

(تنمية مهارات التفاعل الإجتماعي في الطريق "المشي بهدوء")

اليوم و التاريخ:الاثنين 25/3/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

أن يتعرف الأعضاء على آداب الطريق .

الأهداف الخاصة:

الهدف (1) و (2):

- أن يتعرف الأعضاء على أهمية المشي بهدوء في الطريق.
- أن يتعرف الأعضاء على الأخطار التي تنجم من المشي ركضا و قفزا .

المدة الزمنية : (20) دقيقة.

الأساليب الإرشادية : التعزيز – لعب الدور – الحوار و المناقشة.

اجراءات التنفيذ:

رحبت المرشدة بأعضاء المجموعة ، و ألقت نظرة في بداية الجلسة على الواجب البيتي و ناقشته معهم ، ثم طلبت من أحد الأعضاء أن يقوم بمشهد تمثيلي " يمشي على الطريق يركض و يقفز ثم وجد صديقه و أخذ يناديه بصوت عال جدا ، و كان يأكل طعاما و بعد أن انتهى من أكله ألقى مخلفات طعامه على الأرض " فشكرته المرشدة على تطبيق هذا المشهد و تم تعزيزه ، ثم طلبت من الأعضاء استنتاج أهم السلوكيات الخاطئة التي قام بها العضو في المشهد ، و قد استنتجوا كل التصرفات الخاطئة ، و من ثم ركزت المرشدة على سلوك الركض و القفز أثناء المشي في الطريق ، و أخبرتهم أنها ليست من اخلاق المسلم ، كما وضحت لهم خطورة الركض و القفز أثناء المشي فقد أؤذي نفسي بالسقوط أرضا و قد أؤذي الآخرين بأن أصطدم بأحد المارة

كما يجب علي الا أركض في الشارع بل أنتبه للسيارات و أن أمشي بهدوء و وقار و في الاماكن المخصصة للمشي .

الهدف (3) :

- أن يتابع الأعضاء الفيديو باهتمام و تركيز .

المدة الزمنية : (20) دقيقة.

الأساليب الإرشادية : التعزيز – التساؤل – الحوار و المناقشة – الواجب البيتي.

الأدوات المستخدمة: حاسوب – بروكسيما.

اجراءات التنفيذ:

عرضت المرشدة لأعضاء المجموعة مقطع فيديو يعرض لهم بعضا من آداب الطريق ، و بعد انتهاء مقطع الفيديو طلبت المرشدة من الأعضاء أهم الآداب التي شاهدوها خلال المقطع ، و تمت مناقشة ذلك معهم ، ثم وزعت المرشدة الواجب البيتي على الأعضاء و هو عبارة عن مجموعة صور و عليه أن يضع علامة (√) تحت السلوك الذي يجب ان يتبعه و هو في الطريق.

الجلسة الإرشادية الثامنة عشر

(عدم مقاطعة الآخرين أثناء حديثهم)

اليوم و التاريخ: الأربعاء 27/3/2013 الساعة:7:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

أن يتجنب مقاطعة الآخرين أثناء حديثهم .

الأهداف الخاصة:

الهدف (1) و (2) :

- أن يتعرف الأعضاء على مفهوم الحديث
- أن يتعرف الأعضاء على أهمية عدم مقاطعة الآخرين أثناء حديثهم .

المدة الزمنية: (20) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: التعزيز – الحوار و المناقشة – لعب الدور.

اجراءات التنفيذ:

رحبت المرشدة بأعضاء المجموعة و بدأت معهم بنقاش الواجب البيتي ، ثم بينت لهم معنى الحديث و هو الحوار الذي يدور بين شخصين ، و وضحت لهم بأن هذا الحديث له آداب كثيرة و منها : عدم المقاطعة ، فمقاطعة الناس في حديثهم تجعلني غير محبوب بينهم ، ثم طلبت من عضوين التحدث و طلبت من ثالث أن يقوم بمقاطعتهم ، ثم طلبت من المتحادثين أن يوضحا للمجموعة شعورهم عندما قاطعهم زميلهم باستمرار و لا يدعهم يكملوا الحديث ، فقالوا نشعر بضيق شديد و إزعاج ، ثم بينت لهم أن آداب الحديث تكون مع جميع من حولي فيجب علي ألا اقاطع والداي أثناء حديثهما و لا أقاطع اخوتي و لا زملائي في أحاديثهم ، و كذلك معلمتي

احترمها و لا أقاطعها أثناء شرحها إلا بعد أن تنتهي فإن ذلك يشوش على زملائي في فهم الدرس.

الهدف (3):

- أن يتابع الأعضاء الفيديو باهتمام و تركيز .

المدة الزمنية : (20) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: الحوار و المناقشة – التعزيز – الواجب البيتي.

الأدوات : جهاز حاسوب – بروكسيما

عرضت المرشدة للأعضاء مقطع فيديو يعرض من خلاله اخوان يتصارعان فيما بينهم للتحدث أولا لأبيهم ، و طلبت منهم المرشدة التعرف على التصرف الخاطئ الذي قام به الأخوان ، و ما هو التصرف الصحيح الذي ينبغي أن يقوم به الأخوان في حال رغبتهم في التحدث إلى أبيهم ، و في ختام الجلسة لخصت المرشدة كل مادار فيها و وزعت عليهم الواجب البيتي و هو كيف ستتصرف لو شاهدت اثنان من زملائك يتحادثان؟ ، و أخيرا شكرت المرشدة الجميع على الحضور و ذكرتهم بموعد الجلسة القادمة.

الجلسة الإرشادية التاسعة عشر

(الإسترخاء)

اليوم و التاريخ: السبت 30/3/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

أن يتدرب الأعضاء على بعضا من تمارين الإسترخاء.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1) و (2) :

- أن يتعرف الأعضاء على مفهوم الإسترخاء.
- أن يتعرف الأعضاء على أهمية الإسترخاء .

المدة الزمنية : (10) دقائق.

الأساليب الإرشادية: التعزيز – الحوار و المناقشة

اجراءات التنفيذ:

رحبت المرشدة بأعضاء المجموعة و ناقشت معهم الواجب البيتي ، ثم بدأت موضوع الجلسة بسؤالهم عن معنى الإسترخاء فمنهم من قال هو النوم ، و منهم من قال هو الراحة ، ثم وضحت المرشدة لهم معنى الإسترخاء ، و وضحت لهم أهميته بأنه ضروري للجميع فهو يقلل القلق و التوتر و يساعد على ارتياح عضلات الجسم ، و أخبرتهم بأنه في هذه الجلسة بإذن الله تعالى سنمارس سويا بعضا من تمارين الإسترخاء .

الهدف (3):

- أن يطبق الأعضاء تمارين الأسترخاء مع المرشدة .

المدة الزمنية: (30) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: التعزيز – النمذجة – الواجب البيتي.

الأدوات: أوراق.

اجراءات التنفيذ:

طلبت المرشدة من الأعضاء الإنتباه و التركيز لما ستقوم به من تمرينات لأنهم سيقومون بها ، فبدأت المرشدة أولا بممارسة التدريبات ملحق (10-7) ، ثم ممارسة التدريبات بشكل جماعي ثم تمت ممارسة التدريبات بشكل فردي حيث قام كل فرد بممارسة هذه التدريبات ، ثم وزعت المرشدة أوراقا تحمل شرحا مصورا لتمارين الإسترخاء ليتدرب عليها الأعضاء في البيت كواجب بيتي.

الجلسة الإرشادية العشرون

(تابع/ الإسترخاء)

اليوم و التاريخ:الاثنين 1/4/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

أن يمارس الأعضاء تمارين الإسترخاء.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1) و (2) و (3):

- أن يركز الأعضاء انتباههم مع المعلمة أثناء تنفيذها التمرينات.
- أن يمارس الأعضاء تمرينات الإسترخاء جماعيا.
- أن يمارس الأعضاء تمرينات الإسترخاء فرديا .

المدة الزمنية : (40) دقيقة.

الأساليب الإرشادية : التعزيز – الحوار و المناقشة – الواجب البيتي.

الأدوات المستخدمة: أوراق مصورة.

اجراءات التنفيذ:

رحبت المرشدة بأعضاء المجموعة و سألتهم من قام بممارسة تدريبات الإسترخاء ، و طلبت من احد الأعضاء تذكير الأعضاء بتدريبات الجلسة السابقة ، ثم بدأت المرشدة بممارسة تدريبات هذه الجلسة ، فطلبت منهم التركيز على المرشدة و هي تقوم بممارسة التدريبات ليقوموا بعد ذلك و بشكل جماعي بممارسة التدريبات ثم طلبت من أحدهم أن يمارس التدريبات أمام زملاؤه و تم تعزيزه ، و أكدت المرشدة للأعضاء بضرورة ممارسة التدريبات في البيت ، و وزعت عليهم أوراق تحمل شرحا مصورا للتدريبات و طلبت منهم التدرب عليها في البيت.

الجلسة الإرشادية الحادي العشرون

(موقف تعليمي في مادة اللغة العربية)

اليوم و التاريخ:الأربعاء 3/4/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

أن يلتزم الأعضاء بالسلوكيات التي تعلمها في الجلسات السابقة أثناء الموقف التعليمي .

الأهداف الخاصة:

1 . أن يستمر الأعضاء في انتباههم للمرشدة أثناء الشرح لأكبر مدة زمنية ممكنة.

2 . أن يلتزم الأعضاء بعدم مقاطعة المرشدة أثناء الشرح .

3 . أن يتأنى الأعضاء في الإجابة على الأسئلة ولا يندفعوا في الإجابة عنها.

4 . أن يلتزم الأعضاء بالإستئذان في حال الرغبة في الخروج من المقعد الدراسي.

5 . أن لا يسبب الإزعاج لزملائه أثناء الشرح سواء كان بالأحاديث الجانبية أو العبث بالأدوات المدرسية .

المدة الزمنية : (40) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: التعزيز – تكلفة الإستجابة – الحوار و المناقشة – التساؤل – الواجب البيتي.

الأدوات المستخدمة: سبورة – أقلام – أوراق.

اجراءات التنفيذ:

رحبت المرشدة بأعضاء المجموعة و طلبت من أحدهم تذكير المجموعة بتدريبات الإسترخاء التي تدربوا عليها فالجلسة السابقة ، و قد تم تعزيزه ، ثم وضحت المرشدة لأعضاء المجموعة بأنه

خلال الثلاث جلسات القادمة سيتم وضع أفراد المجموعة على أرض الواقع بحيث سيتم تنفيذ حصص دراسية في مواد اللغة العربية و الرياضيات و اللغة الإنجليزية ، و أنه سيتم تقييم سلوكيات الأعضاء خلال كل جلسة من حيث مدة انتباهه لشرح المرشدة و عدم مقاطعتها أثناء الشرح و عدم الإندفاعية في الإجابة على الأسئلة و احترام زملائه فلا يؤذيهم و الإستئذان قبل الخروج من المقعد الدراسي ، و قد تم الإتفاق بين المرشدة و أعضاء المجموعة على تعزيز العضو الملتزم بالسلوكيات السابقة و معاقبة من لا يلتزم بها.

ثم بدأت المرشدة بمناقشة الأعضاء بموضوعات مهمة في مادة اللغة العربية ، و قد ركزت على ملاحظة الأعضاء في مدى انتباههم لها و عدم اندفاعيتهم في الإجابة على الأسئلة و على عدم مقاطعتهم للمعلمة أثناء شرحها ، و قد كان التفاعل واضحا من الأعضاء أثناء الجلسة ، فشكرتهم المرشدة على ذلك و وزعت عليهم الواجب البيتي و هو عبارة عن نشاط في مادة اللغة العربية كل بحسب صفه.

الجلسة الإرشادية الثاني و العشرون

(موقف تعليمي في مادة الرياضيات)

اليوم و التاريخ:السبت 6/4/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

أن يلتزم الأعضاء بالسلوكيات التي تعلمها في الجلسات السابقة أثناء الموقف التعليمي.

الأهداف الخاصة:

1 . أن يستمر الأعضاء في انتباههم للمرشدة أثناء الشرح لأكبر مدة زمنية ممكنة.

2 . أن يلتزم الأعضاء بعدم مقاطعة المرشدة أثناء الشرح .

3 . أن يتأنى الأعضاء في الأجابة على الأسئلة ولا يندفعوا في الإجابة عنها.

4 . أن يلتزم الأعضاء بالإستئذان في حال الرغبة في الخروج من المقعد الدراسي.

5 . أن لا يسبب الإزعاج لزملائه أثناء الشرح سواء كان بالأحاديث الجانبية أو العبث بالأدوات المدرسية .

المدة الزمنية: (40) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: التعزيز – تكلفة الإستجابة – الحوار و المناقشة – الواجب البيتي.

الأدوات المستخدمة: سبورة – أقلام – ورقة.

اجراءات التنفيذ:

رحبت المرشدة بأعضاء المجموعة و ذكرتهم بالسلوكيات التي سيتم تقييمهم عليها خلال هذه الجلسة مثل : مدة انتباهه لشرح المرشدة و عدم مقاطعتها أثناء الشرح و عدم الإندفاعية في

الإجابة على الأسئلة و احترام زملائه فلا يؤذيهم و الإستئذان قبل الخروج من المقعد الدراسي ، و قد تم الإتفاق بين المرشدة و أعضاء المجموعة على تعزيز العضو الملتزم بالسلوكيات السابقة و معاقبة من لا يلتزم بها ، ثم بدأت المرشدة بمناقشة الأعضاء بموضوعات مهمة في مادة الرياضيات ، و قد كان التفاعل واضحا من الأعضاء أثناء الجلسة ، فشكرتهم المرشدة على ذلك و وزعت عليهم الواجب البيتي و هو عبارة عن نشاط في مادة الرياضيات كل بحسب صفه.

الجلسة الإرشادية الثالثة العشرون

(موقف تعليمي في مادة اللغة الإنجليزية)

اليوم و التاريخ:الاثنين 8/4/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

أن يلتزم الأعضاء بالسلوكيات التي تعلمها في الجلسات السابقة أثناء الموقف التعليمي.

الأهداف الخاصة:

1 . أن يستمر الأعضاء في انتباههم للمرشدة أثناء الشرح لأكبر مدة زمنية ممكنة.

2 . أن يلتزم الأعضاء بعدم مقاطعة المرشدة أثناء الشرح .

3 . أن يتأنى الأعضاء في الأجابة على الأسئلة و لا يندفعوا في الإجابة عنها.

4 . أن يلتزم الأعضاء بالإستئذان في حال الرغبة في الخروج من المقعد الدراسي.

5 . أن لا يسبب الإزعاج لزملائه أثناء الشرح سواء كان بالأحاديث الجانبية أو العبث بالأدوات المدرسية .

المدة الزمنية : (40) دقيقة.

الأساليب الإرشادية: التعزيز – تكلفة الإستجابة – الحوار و المناقشة – الواجب البيتي.

الأدوات المستخدمة: سبورة – أقلام – ورقة.

اجراءات التنفيذ:

رحبت المرشدة بأعضاء المجموعة و ذكرتهم بالسلوكيات التي سيتم تقييمهم عليها خلال هذه الجلسة مثل : مدة انتباهه لشرح المرشدة و عدم مقاطعتها أثناء الشرح و عدم الإندفاعية في الإجابة على الأسئلة و احترام زملائه فلا يؤذيهم و الإستئذان قبل الخروج من المقعد الدراسي ،

و قد تم الإتفاق بين المرشدة و أعضاء المجموعة على تعزيز العضو الملتزم بالسلوكيات السابقة ومعاقبة من لا يلتزم بها ، ثم بدأت المرشدة بمناقشة الأعضاء بموضوعات مهمة في مادة اللغة الإنجليزية ، و قد كان التفاعل واضحا من الأعضاء أثناء الجلسة ، فشكرتهم المرشدة على ذلك و وزعت عليهم الواجب البيتي و هو عبارة عن نشاط في مادة اللغة الإنجليزية كل بحسب صفه.

الجلسة الإرشادية الرابعة العشرون

(التقييم والختام)

اليوم و التاريخ:الأربعاء 10/4/2013 الساعة: 7:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام من الجلسة:

إنهاء جلسات البرنامج الإرشادي.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1) و (2):

- أن تقدم المرشدة الشكر و التقدير للأعضاء على التزامهم بالحضور المنتظم لجلسات البرنامج.
- أن يوضح الأعضاء مدى استفادتهم من البرنامج الإرشادي.

المدة الزمنية : (20) دقائق.

الأساليب الإرشادية: الحوار و المناقشة.

الأدوات المستخدمة: بالون – أوراق – حلويات.

اجراءات التنفيذ:

سلمت المرشدة على الأعضاء و رحبت بهم ، و في بداية الجلسة وضحت لهم أن هذه الجلسة تمثل اللقاء الأخير بينهم فهي ختام جلسات البرنامج الإرشادي ، و قدمت لهم الشكر الجزيل على حضورهم المستمر و على التزامهم بأداء الواجبات البيتية و على اتباعهم قواعد السلوك الجيد خلال الجلسات و شكرتهم على حسن تفاعلهم معها ومع زملائهم .

و قد قامت المرشدة بإعداد أسئلة تتعلق بالبرنامج الإرشادي وضعتها داخل بالونات منفوخة على العضو أن يقوم بتفجير البالونه لاستخراج السؤال و قراءته و حله و من هذه الأسئلة : ماذا استفدت من البرنامج الإرشادي؟ ما رأيك في جلسات البرنامج الإرشادي؟ ما الذي أعجبك من البرنامج و ما الذي لم يعجبك؟ و قد استمتع الجميع بهذه الطريقة و كانوا جدا متفاعلين و قد لاحظت المرشدة انتظار الأعضاء دورهم لتفجير البالونات ، و قد أجابوا على الأسئلة ، و في نهاية الجلسة وزعت عليهم المرشدة بعض الحلويات و الكعك و الشبس ، و وزعت عليهم السيارة التي تعمل بجهاز تحكم عن بعد ، و ذكرتهم بضرورة الإلتزام بالسلوكيات التي تعلموها و استفادوها خلال البرنامج لأنها ستفيدهم كثيرا و سينالون محبة معلماتهم و والديهم.

الهدف (3):

- تقييم فاعلية البرنامج الإرشادي من خلال تطبيق مقياس النشاط الزائد على الوالدين و المعلمين.

المدة الزمنية : (20) دقيقة.

الأساليب الإرشادية : الحوار و المناقشة – التساؤل.

الأدوات : الأوراق.

اجراءات التنفيذ:

وزعت المرشدة في هذه الجلسة مقياس النشاط الزائد على الأعضاء و طلبت منهم اعطاؤه لوالديهم ليجيبوا عن فقراته ، و ذكرتهم بضرورة إرجاعه غدا للمرشدة ، و بعد انتهاء الجلسة و انصراف الأعضاء ، قامت المرشدة باستدعاء المعلمات اللاتي يقمن بتدريس الأعضاء و وزعت عليهن مقياس النشاط الزائد ليجبن عن فقراته ، و قد كن مستجيبات و متعاونات مع المرشدة إذ تمت الإجابة على فقرات المقياس لتقوم بعدها المرشدة بإدخال البيانات في البرنامج الإحصائي للتعرف على فاعلية البرنامج في خفض النشاط الزائد لدى أفراد المجموعة التجريبية .

جلسة ما بعد البرنامج الإرشادي

(جلسة المتابعة)

اليوم والتاريخ:الأربعاء 24/4/2013 الساعة: 10:00 صباحا المدة الزمنية: 40 دقيقة

الهدف العام:

التعرف على مدى بقاء أثر فاعلية البرنامج المعد على أفراد المجموعة التجريبية.

الأهداف الخاصة:

الهدف (1) و (2):

- مناقشة معلمات الأعضاء حول سلوكيات أفراد المجموعة التجريبية بعد مرور اسبوعين من تطبيق البرنامج.
- تطبيق مقياس النشاط الزائد.

المدة الزمنية : (20) دقيقة.

الأساليب الإرشادية : الحوار و المناقشة.

اجراءات التنفيذ:

رحبت المرشدة بالمعلمات و شكرتهن على استجابة الدعوة ، و بدأت معهن الحوار بالسؤال عن سلوكيات أفراد المجموعة التجريبية معهن خلال الحصة الدراسية خلال الفترة المنصرمة ، فأجبن أنه لوحظ تحسن في سلوكياتهم ، فوزعت عليهن المرشدة مقياس النشاط الزائد و طلبت منهن الإجابة عن فقرات المقياس بكل اهتمام حرصا على مصداقية نتائج المقياس ، فقمن بالإجابة ، فشكرتهن المرشدة على حسن تعاونهن .

ملحق (8) : نماذج و بطاقات جلسات البرنامج الإرشادي

مرفق(8-1)

موافقة ولي الأمر

أمي الحبيبة

سأشارك بإذن الله مع مجموعة من زملائي في برنامج سيساعدني في خفض حركاتي الزائدة و يحسن من مستوى انتباهي و يقلل من اندفاعيتي ، و سيبدأ هذا البرنامج من يوم الإثنين الأربعاء 13/2/2013 وحتى الأربعاء 10/4/2013

فهل أنتي موافقة؟؟.....................

التوقيع:..................................

مرفق (8-2)

بطاقة التعارف



مرفق (8-3)

بطاقة التعزيز المفضل لدى الطالب

اسمي الجميل :...........................

أفضل الأشياء التي أحب أن أهدى اياها:

1.......................... 2..........................

3...................... 4 ....

5........................ 6........................



مرفق (4-8)

معلمتي الغالية

اسمي الجميل:.......................................   الأسبوع الثالث: 2-6/3/2013



ساعديني في متابعة سلوكياتي و أدائي الدراسي ، علني بآراؤك أرقى و أتعلم من أخطائي ، فشكرا لك على حسن صنيعك...

المادة	تربية اسلامية			لغة عربية			رياضيات			لغة انجليزية		
المستوى	ممتاز	جيد	مقبول	ممتاز	جيد	مقبول	ممتاز	جيد	مقبول	ممتاز	جيد	مقبول
مشاركتي الصفية												
حل واجباتي												
انتباهي لشرحك												
التزامي بالهدوء في الحصة												
استئذاني قبل التحدث أو قبل الخروج من مقعدي الدراسي												

مرفق (8-5)

رسالة تنبيه لولي الأمر

تنـبيه !!!

الفاضل ولي أمر الطالب:....................................المحترم،،،

تحية طيبة وبعد،،

نحيطكم علما بأن ابنكم خلال الأسبوع المنصرم لم يكن مواظبا في حل واجباته المدرسية وفي المشاركة الصفية ، ولم يكن ملتزما بالتعليمات والقوانين المدرسية...

التاريخ: /   /2013م

التوقيع:........................

مرفق (8-6)

شهادة تقدير للطالب ذو السلوك الحسن

شهادة تقدير

الفاضل ولي أمر

الطالب:..المحترم،،،

تحية طيبة وبعد،،

نهنئكم على حسن مواظبة ابنكم على كتابة واجباته والمشاركة اليومية داخل الصف ، وعلى التزامه بالتعليمات المدرسية خلال الأسبوع المنصرم.

التاريخ: / /2013م التوقيع:..............................

مرفق (8-7)

بطاقة قواعد السلوك الجيد

*أن نلتزم بمواعيد جلسات البرنامج الإرشادي.

*أن نستمع لما يقال في الجلسة باهتمام.

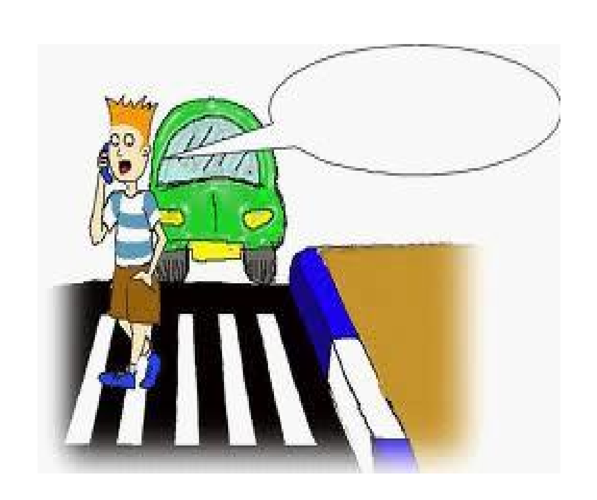
*أن نلتزم بأداء الواجب البيتي المكلفين بها.

*أن تكون علاقتي مع الأعضاء قائمة على التعاون والإحترام المتبادل.

*أن نضع أمام أعيننا أننا سننجح في تحقيق الهدف من حضورنا لهذه الجلسات وهو التقليل من حدة أعراض النشاط الزائد.

مرفق (8-8)

مجموع الصور التي تمثل أعراض النشاط الزائد



عبور الشارع دون الانتباه



اثارة الفوضى و الازعاج في غرفة الصف



غرفته تكون فوضى عارمة و هو غير منظم



الإعتداء على الآخرين بالضرب



تسلق الأماكن المرتفعة و الخطيرة



الشرود الذهني أثناء الشرح

مرفق (8-9)

بطاقة خطوات حل المشكلات

1. تحديد المشكلة.

2 . تحديد مدى حجم المشكلة وأسبابها.

3 . توليد البدائل.

4 . اختيار البديل الأكثر فاعلية.

5 . تقييم نجاح البدائل المستخدمة.

مثال:

1 . تحديد المشكلة : إنني لا أنتبه للمعلمة أثناء شرح الدرس.

2 . تحديد مدى حجم المشكلة وأسبابها: أنا دائما لا أنتبه للمعلمة لأنني أفكر في أمور أخرى وانشغل بأقلامي أتعبث بها أو أنظر من النافذة أو أتحدث إلى زملائي أثناء الشرح.

3 . توليد البدائل:

- أحاول أن أنتبه للمعلمة لأكبر زمن ممكن.
- لا أنشغل بأقلامي ودفاتري بل أركز بصري على المعلمة.
- لا أتحدث إلى زملائي أثناء الحصة.

4 . اختيار الحل المناسب : أن أنتبه للمعلمة لأكبر زمن ممكن وأركز بصري إلبها.

5 . تقييم نجاح البديل المستخدم: لقد قمت بعمل جيد و مفيد لقد انتبهت لشرح معلمتي لمدة ١٠ دقائق متواصلة وهذا ممتاز وغدا سأحاول الانتباه **أكثر وأكثر.**

مرفق (8-10)

بطاقة خطوات الضبط الذاتي

1 . أسئلة تتعلق بالسلوك المستهدف (ما الذي يريده المعلم مني) ؟

إجابات عن تلك الأسئلة يقدمها الطفل بنفسه (يريد مني المعلم أن ....)

2 . تحدث ذاتي يهدف إلى توجيه الطفل لتأدية المهمة التي يريدها المعلم (علي أن أفعل كذا و كذا......).

3 . تعزيز ذاتي (لقد فعلت المطلوب مني ، و في حالة الفشل يقول سأحاول أن أفعلها في المرة القادمة).

مثـــال:

المشكلة_: أنا كثير الكلام فأنا غالبا ما أتكلم أثناء شرح معلمتي سواء بمقاطعتها أو بالتحدث مع زملائي.

1 . ما الذي تريده مني المعلمة؟ ما الذي يزعجها مني؟

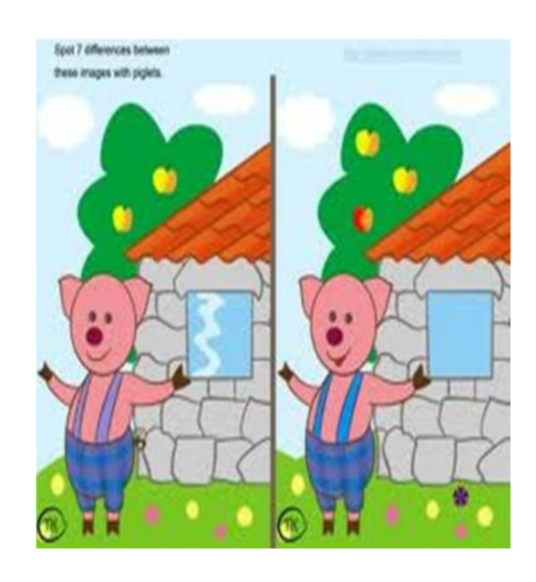
2 . تريد مني معلمتي أن ألتزم الهدوء و لا أكثر الكلام أثناء الشرح.

3 . إذن علي أن احاول أن أمسك لساني عن الكلام أثناء شرح المعلمة حتى أتمكن من الاستماع الجيد لشرحها .

ممتاااز لقد تمكنت اليوم من عدم الكلام اثناء الشرح لمدة ١٠ دقائق و سأحاول غدا أن أستمر لمدة ٢٠ دقيقة فأنا قادر على ذلك.

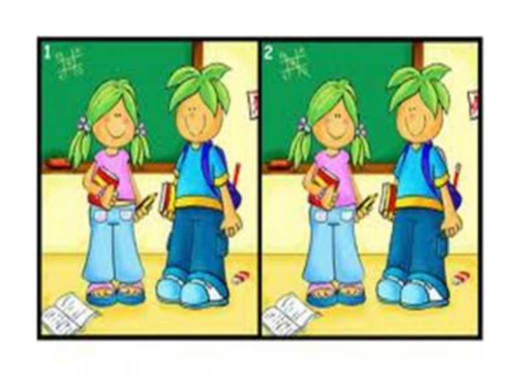
مرفق (9-1)

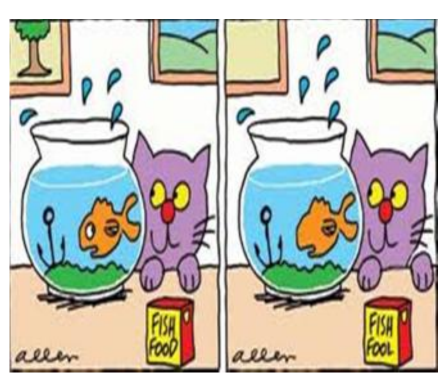
الفرق بين الصورتين

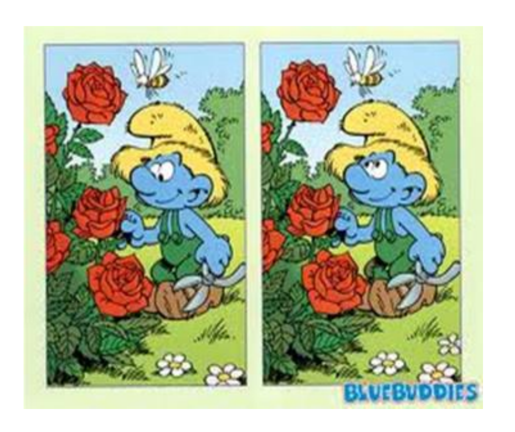












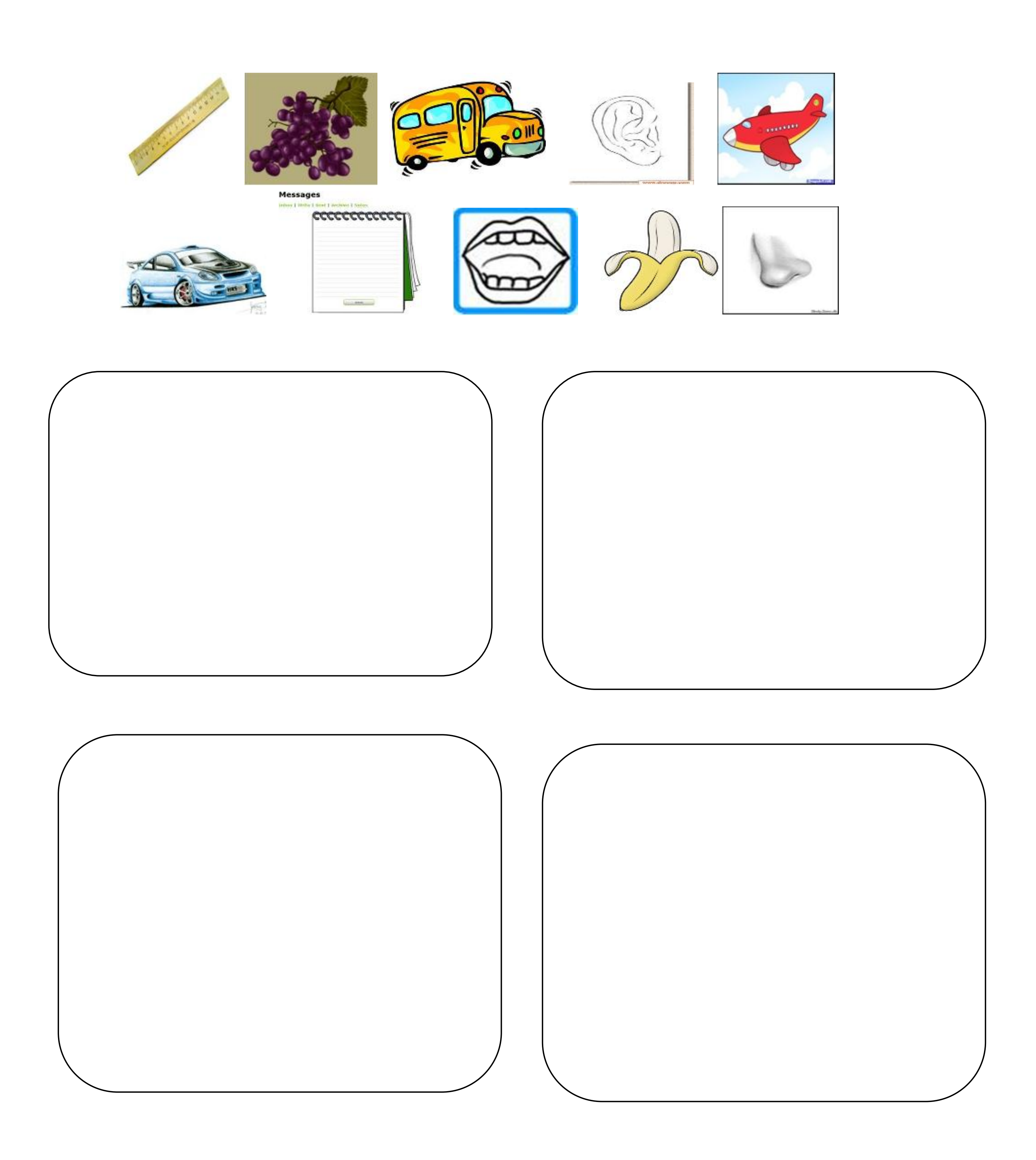
مرفق (9-2)

لعبة تساعد على تركيز الإنتباه (تصنيف الألوان)



مرفق (3-9)

تصنيف الصور إلى مجموعات



مرفق (4-9)

لوحة مصورة مقسمة إلى أجزاء



مرفق (9-5)

لعبة صحن العدس و البازلاء و الهريس



مرفق (9-6)

المتاهة

Maze



Copyright © BillyBear4Kids.com

مرفق (9–7)

اتباع التعليمات لتصميم برج ايفل







مرفق (9-8)

قصة الدب مبعثرة



**رتب أحداث القصة ترتيبا صحيحا ؟ وماذا استفدت منها؟

مرفق (9-9)

صور مبعثرة ليوميات طالب



مرفق (9-10)

جدول تنظيم الوقت



بســم الله الـرحمــن الرحـيـم

ورقة الاسبــــوع الخاصة بـــ

أجمع اكبر عدد من النقاط كــل يـــوم وسوف تحصل على هدية قيــمة

الأعمال اليومية	السبت	الاحد	الأثنين	الثلاثاء	الاربعاء	الخميس	الجمعة
أستيقـــظ باكر							
أتناول افطاري مع ملعقة عسل لذيذة							
أردد أذكار الصباح							
أذهب الى المدرسة باكر							
أسمع كلام أمي وأبي							
أتناول وجبة الغداء كاملة							
أكتب واجباتي المدرسيه واذكار دروسي							
أحافظ على نظافة المنزل							
أســاعد أمـــي وأبـــي							
ألعب مـــع اخوتي بهدوء							
أتناول وجبة العشاء كاملة							
أحافظ على نظافة سريري							
أتناول دوائي في موعده							
أردد أذكـــار المساء							
أنام باكـــرا							
المجمـــوع							

الذي يتناول وجبة الإفطار كل يـــوم يصبـــح ذكيـــا وقويا

مرفق (10-1)

مفكرة الواجبات البيتية



DATE / / التاريخ DAY .... اليوم

الملاحظات REMARKS	الواجب HOMEWORK	الصفحة PAGE	المادة SUBJECT

DATE / / التاريخ DAY .... اليوم

الملاحظات REMARKS	الواجب HOMEWORK	الصفحة PAGE	المادة SUBJECT

DATE / / التاريخ DAY .... اليوم

الملاحظات REMARKS	الواجب HOMEWORK	الصفحة PAGE	المادة SUBJECT

DATE / / التاريخ DAY .... اليوم

الملاحظات REMARKS	الواجب HOMEWORK	الصفحة PAGE	المادة SUBJECT

مرفق (2-10)

السلوك الصحيح للمحافظة على الأدوات المدرسية

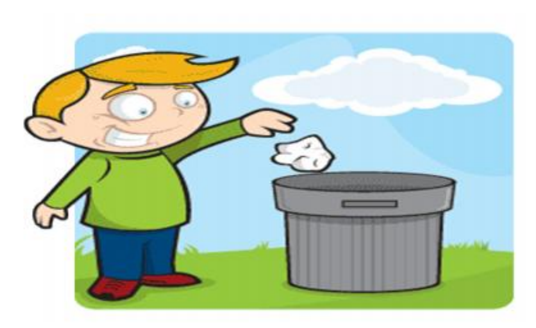
ضع علامة (√) أمام السلوك الصحيح للمحافظة على الأدوات المدرسية













مرفق (10-3)

أماكن اللعب المناسبة



مرفق (10-4)

قصة ندى

اسمي الجميل :............................ الصف:......................................

عصام لا يستأذن

صاحت ندى: ماما..ماما..

جاءت الأم مسرعة وهي تقول: نعم..نعم..ماذا تريدين؟

قالت ندى: دخل عصام إلى غرفتي دون أن يستأذن مني.. وقد قلت له ألف مرة ألا يدخل غرفتي قبل أن يستأذن.

قال عصام: ولم الاستئذان؟ إنه بيتنا جميعاً، وليس بيتك فقط

قالت أم عصام وهي تمسك بيد عصام: هيا يا بني.. نتناول فنجاناً من الحليب مع القهوة اللذيذة، ونتحدث قليلاً.

تبسّم عصام، وأخذ بيد أمه، وذهبا إلى المطبخ.

جلست الأم على الأريكة ومعها فنجان القهوة بالحليب، وجلس إلى جانبها عصام، وهو يشرب الحليب متلذّذاً.

قالت أم عصام: يا عصام.. أريد أن أسألك سؤلاً، وأجبني عليه بصراحة.

قال عصام: طبعاً يا ماما، سأجيب على كل أسئلتك بصراحة، فأنت أمي الغالية.

حضنت أم عصام ولدها بحنان، ثم قالت: لو أن أختك ندى دخلت غرفتك فجأة دون استئذان، وكنت تخلع ملابسك، فما هو موقفك من ندى.

قال عصام بسرعة: طبعاً لا أرضى أن تدخل عليّ وأنا أخلع ملابسي، ولكني عندما دخلت غرفة ندى لم تكن تخلع ملابسها.

قالت أم عصام: افرض أنها كانت تخلع ملابسها، كيف سيكون موقفك حينئذ.

احمرّ وجه عصام خجلاً، وطأطأ رأسه حياءً، ثم قال: معك حق يا أمي، لن أدخل على ندى مرة أخرى دون استئذان.

قالت أم عصام: يجب أن تستأذن مني أنا ومن أبيك وإخوتك وغيرهم.

ماذا استفدت من هذه القصة القصيرة؟..

مرفق (10-5)

سلوكيات الإحترام الصحيحة

ضع علامة (√) تحت الصورة التي تمثل خلق الإحترام

















مرفق (10-6)

آداب الطريق الصحيحة

ضع علامة (√) تحت الصورة التي تمثل السلوك الصحيح أثناء وجودي في الطريق

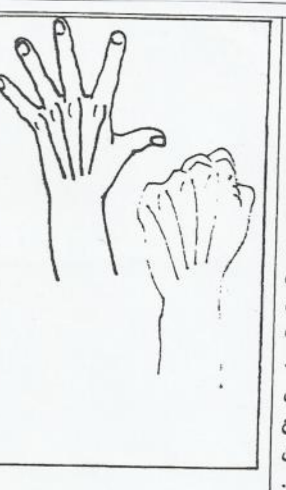


مرفق (10-7)

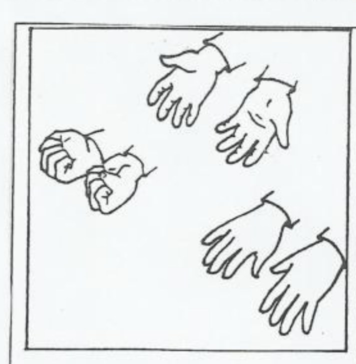
تدريبات الإسترخاء



أريد منك الآن أن تستلقى على هذه الأريكة (أو كرسى مريح)، وأن تجعل جسمك فى وضع مريح بقدر استطاعتك .. اغمض عينيك واستمع لكلامى بتركيز شديد، سأنبهك الآن لبعض المشاعر والأحاسيس والتوترات فى جسمك، وسأثبت لك بعد ذلك أنه بإمكانك التقليل من هذه المشاعر والتحكم فيها .. اتفقنا .. لنبدأ إذن .. جسمك الآن فى وضع مريح .. عيناك مغمضتان فى استرخاء لطيف. (صمت ٣ ثوان).



والآن أريد منك التركيز فى يدك اليسرى .. كل انتباهك وتركيزك فى ذراعك الأيسر .. اقفل يدك اليسرى .. اقفل كف يدك بقوة وبإحكام .(صمت ٣ ثوان). لاحظ أن عضلات يدك اليسرى بدأت تتوتر الآن، تنقبض وتتوتر وتشتد، انتبه لهذا التوتر والشد، لاحظه .. احفظه فى ذاكرتك .. والآن افتح يدك اليسرى وأرخها على الأريكة (أو الكرسى) أرخها فى وضع مريح .. لاحظ الفرق بين ما كانت عليه يدك من شد وتوتر، وما هى عليه الآن من استرخاء .(صمت ١٠ثوان). والآن سوف نعيد ذلك مرة أخرى .. اقفل كف يدك اليسرى بقوة وبإحكام .. لاحظ التوتر والشد .. احفظه فى ذاكرتك .. والآن افتح يدك اليسرى وأرخها على الأريكة (أو الكرسى) فى وضع مريح .. لاحظ الفرق بين ما كانت عليه يدك من شد وتوتر وما هى عليه الآن من استرخاء. (صمت ١٠ ثوان).



والآن سوف نرى يدك اليمنى .. اقفل كف يدك اليمنى بقوة وإحكام .. ولاحظ التوتر والشد فى يدك اليمنى والذراع .(صمت ٥ ثوان). استرخ .. استرخ .. ضع يدك على الأريكة (أو الكرسى) فى وضع مريح .. حاول أن تستمتع بهذا الانتقال من الشد والتوتر للاسترخاء .(صمت ١٠ ثوان). كرر هذا من جديد .. اقفل كف يدك اليمنى بقوة وإحكام .. لاحظ ما هى عليه من شد وتوتر .. الآن أرخها فى وضع مريح وافرد أصابع يدك باسترخاء .. لاحظ أنه يوجد تنميل خفيف بدأ ينتشر فى ذراعيك اليمنى واليسرى .. والآن ذراعاك الاثنتان بدنتا تسترخيان .. وتسترخيان .. وتسترخيان.

١





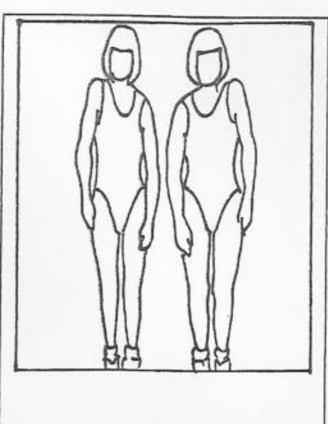
والآن سوف نرى كف اليد .. اثن كفى يديك الاثنتين إلى الخلف إلـى أن تـشعر بالـشد والتوتر فى كف يدك وظهرها .. لاحظ هـذا التوتر، الآن استرخ وعد بكفيك إلى وضعهما المـريح .. ولاحـظ الفـرق بـين التـوتر والاسترخاء .(صمت ١٠ ثوان). كرر ذلـك مرة أخرى .. اثن كفيك إلى الخلف .. لاحظ الشد فى مقدمة الذراع وظهر اليـد .. ثـم استرخ وأرخ كفك .. عد بيديك إلى وضعهما المريح .. والآن اترك نفسك على راحتهـا وحاول أن تشعر بالاسترخاء أكثر .. وأكثـر .. وأكثر.



والآن اغلق كفيك بإحكـام، واثنيهمـا فـى المقدمة (من الرسغ) ناحية مقدمة الـذراع إلى أن تشعر بتوتر عضلات الساعد أى فى المنطقة من الكف إلى الكوع .. حـاول أن تشعر بالتوتر وتلاحظه .. والآن استرخ .. اخفض ذراعيك بجانبك .. ولاحظ الفرق بين التوتر والشد السابق فى عـضلات مقدمـة الذراع وبين حالتهـا الآن مـن اسـترخاء نسبى. (صمت ١٠ ثوان).



كرر ذلك من جديد .. اغلق كفيك بإحكـام، واثنيهما فى المقدمة مـن الرسـغ ناحيـة مقدمة الذراع. حاول أن تلمس كتفيك بيديك .. والآن اسـترخ .. انـزل يـدك ودعهـا تسترخى .. تشعر الآن بالتناقض بين التوتر والاسترخاء .. والآن دع عـضلاتك علـى طبيعتها أكثر .. وأكثر .. وأكثر .

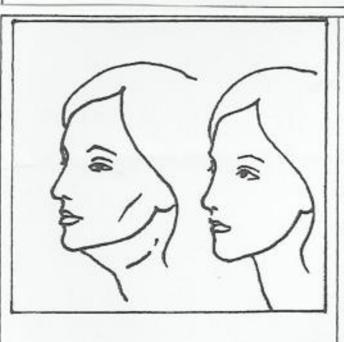


والآن نتحول إلى الأكتاف .. ارفع كتفيك لأعلى كما لو كنت ستلمس بهمـا أذنيـك .. لاحـظ التوتر الذى بدأ ينتشر فى كتفيـك وعـضلات الرقبة .. ركز فـى هـذا الـشد والتـوتر .. واحفظه فى ذاكرتك .. والآن اسـترخ وعـد بكتفيك إلى وضعهما المريح .. لاحظ الاختلاف بين التوتر والاسترخاء. (صمت ١٠ ثـوان). كرر ذلك مرة أخرى .. ارفع كتفيك لأعلى كما لو كنت ستلمس بهما أذنيك .. لاحظ التوتر فى منطقة الكتفين والرقبـة .. والآن عـد بهمـا لوضعهما المريح .. لاحظ الفرق بين التـوتر والاسترخاء من جديد. (صمت ١٠ ثوان).

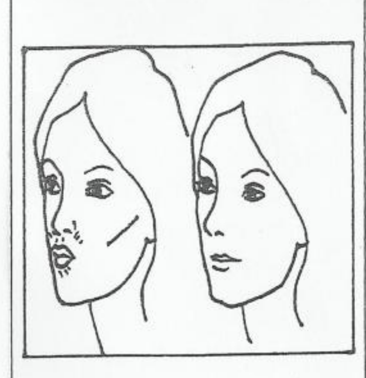
٣



الجبهة والحاجبين وأرخى عـضلاتهما، ولاحظ الفرق بين التوتر والاسـترخاء فى منطقـة الجبهـة .. (صـمت ١٠ ثوان). والآن اغمض عينيك بشدة حتى تشعر بالتوتر فى عـضلات الجفنـين. (صمت ٥ ثوان). والآن أرخ عـضلات عينيك، ولاحظ الفرق بين حالة الشد فى العين والاسترخاء. (صمت ١٠ ثوان). كرر ذلك من جديد .. اغمـض عينيـك جيدًا مرة أخرى حتى تشعر بالتوتر فى عضلات الجفنين، استمر أكثر. (صـمت ٥ ثوان). استرخ الآن .. ودع عضلات عينيك علـى طبيعتهـا وفـى وضـعها المغمض المريح. (صمت ١٠ ثوان).



والآن أطبق فكيك وأسنانك واضغط بشدة كما لو كنت تعض على شـيء .. لاحـظ التوتر فى منطقة الفك والأسنان.(صمت ٥ ثوان)، اترك فكيك وأسـنانك واسـترخ، واجعل شفتيك مفتوحتين قلـيلاً، ولاحـظ الفرق بين التوتر والاسترخاء فى منطقـة الفك والأسنان.(صمت ١٠ ثوان). كـرر من جديد، اطبق فكيك وأسـنانك بـشدة، ولاحظ التوتر الذى حدث بهما. (صمت ٥ ثوان). اترك نفسك على راحتها أكثـر .. وأكثر .. وأكثر.(صمت ١٠ ثوان).

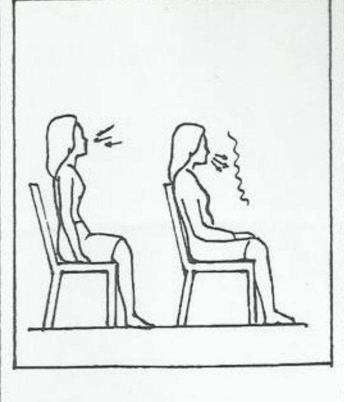


والآن أريد منك أن تضم شفتيك بـشدة وتضغطهما معًا بشدة .. اضـغط بكـل شفة على الأخرى بكل ثقلك .. لاحـظ التوتر فى المنطقة المحيطـة بـالفم .. استمر أكثر. (صمت ٥ ثوان). اسـترخ وأرخ شفتيك واجعل ذقنك فـى وضـع مريح .(صمت ١٠ ثوان). مرة أخـرى ضم شفتيك بشدة ولاحظ التـوتر فـى المنطقة المحيطة بالفم .. استمر أكثر. (صمت ٥ ثوان).

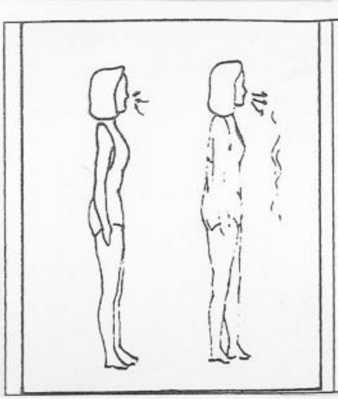
لاحظ كيف أن عضلات شفتيك وفكيك قد بدأت تسترخى بعد الـشد والاسـترخاء المستمر . والآن أرخ يـديك ووجهـك وذراعيك وكتفيك .. أرخ عضلاتك كلها .. اجعلها مسترخية فى وضـع هـادئ ومريح .(صمت ١٠ ثوان).



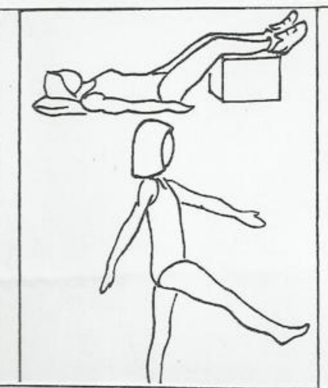
والآن أريد منك أن تأخذ نفسًا عميقًا بدون أن تخرجه .. استمر .. لاحظ أن التوتر قد بدأ ينتشر فى منطقة الصدر وأسفل البطن .. ثم استرخ واترك نفسك على طبيعتها .. تنفس الهواء .. تنفس بشكل عادى على طبيعتك .. لاحظ الفرق بين حالة الاسترخاء فى بطنك وصدرك وما كنت عليه من شد وتوتر .(صمت ١٠ ثوانٍ). كرر ما سبق مرة أخرى .. خذ نفسًا عميقًا واكتمه .. لاحظ التوتر والشد فى عضلات البطن والصدر .. والآن أخرج النفس .. وتنفس بطريقة عادية ومريحة .. استرخ أكثر كلما تتنفس .. استرخ أكثر .. وأكثر.(صمت ١٠ ثوانٍ).



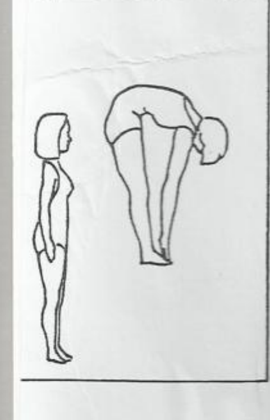
والآن اضغط بطنك للداخل .. حاول أن تحافظ على هذا الوضع فترة .. والآن استرخ واترك عضلات بطنك تسترخى .. اترك نفسك على طبيعتها.(صمت ١٠ ثوانٍ). كرر هذا التمرين مرة أخرى .. شد عضلات بطنك للداخل بشدة حتى تشعر بالتوتر .. لاحظ هذا التوتر واحفظه فى ذاكرتك .(صمت ٥ ثوانٍ). استرخ واجعل كل شيء مسترخ أكثر .. أكثر .. تخلص من أى توتر أو شد فى أى عضلة .. ولاحظ الفرق بين التوتر والاسترخاء.



والآن مد قدميك وأبعدهما عن بعضهما قدر المستطاع .. مدهما حتى تشعر بالتوتر فى منطقة الفخذين . (صمت ٥ ثوانٍ). استرخ واترك رجلك على طبيعتها .. لاحظ الفرق بين التوتر الذى كان فى منطقة الفخذين والوضع الآن فى حالة الاسترخاء .. استرخاء تام. (صمت ١٠ ثوانٍ). كرر ذلك .. ابعد رجليك عن بعضهما قدر المستطاع حتى تشعر بالتوتر فى منطقة الفخذين .(صمت ٥ ثوانٍ). استرخ واترك عضلات جسمك كلها على طبيعتها بعد كل الشد الذى كان فى منطقة الفخذين .(صمت ١٠ ثوانٍ).



ونأتى الآن لمنطقة الظهر .. أريدك أن تقوّس ظهرك بشدة كما لو كان صدرك سيلمس بطنك، لاحظ التوتر فى منطقة الظهر خاصة فى المنطقة العلوية، والآن استرخ وعد بجسمك لوضعه الطبيعى، افرد ظهرك فى وضع مريح على الأريكة، لاحظ الفرق بين التوتر السابق والاسترخاء الحالى .(صمت ١٠ ثوانٍ). نكرر مرة أخرى .. قوس الظهر بشدة .. لاحظ التوتر والشد .. استمر قليلاً .(صمت ٥ ثوانٍ). عد بعضلات ظهرك إلى وضعها المسترخى .. اترك جسمك على طبيعته .(صمت ١٠ ثوانٍ).



Abstract

The effectiveness of a guidanceprogramme in lowering child hyperactivity in pupils of Range One in Essential Education School in the governerate of Southern Batina.

By:

Mahfooda Salim Nasser AL-Yhmadi

Under the superuision of:

D.Duaa Saeed Ahmed

The study has aimed to make a collective guidance programme and trace its practicality in lowering the main significant effects of hyperactivityin pupils of Rang One from Essential Education School in the governorate of Southern Batina.

The study has made an effort to verify the following hypotheses:

1-There are some differences with statistical indications at a level less than ($0.05\geq \alpha$) among medium grades of the members of the experimental group and the organizing one according to the standard of hyperactivity after applying the programme.

2-There are no differences with statistical indications at a level less than ($0.05\geq \alpha$) among medium grades of the members of the experimental group according to the hyperactivity standard in the dimensional standard and the follow-up one.

In this study a standard of child hyperactivity has been used for teachers and parents prepared by the searcher. The accuracy of the standard was tested by using the internal consistency of standards as well as reliability coefficient (Cronbach Alpha).

The study sample consisted of (20) male pupils from Jamma school for essential (1-10) whose age ranged between (7-9) years then they were divied into two groups.an expermental group consisting of ten pupils who received the counseling programme based on cognitive.Behavioral modification methods , and an organising group also consisting of ten pupils who did not receive the counseling programme . Meanwhile we measured the parity of the two groups in age , school class and grade based on the hyperactivity standard.

The guidance programme consisted of 24 guidance sessions three sessions weekly.It is worth mentionung that the guidance programme was offered to a group of arbitrators to make sure of its relibility.

To check the validity of the first hypothesis , I used the Mann-Whitney test. The results indicated the existence of differences of statistical indications among medium grades of the members of experimental group and the organizing group as well. The results were in favour of the experimental group. The matter wich shows the effectivess of guidance programme.

To check the validity of the secondhypothsis , I used Welcoxon rank-sum test . The results indicated te continuity of the programme's effectiveness on the individuals of the experimental group, generally the results indicated effectivenes of the guidance programme used in this study on the individuals of the experimental group.